한국가정의 일상식의 구조에 관한 연구

Study on Daily Meal Pattern of Korean Families

중앙대학교 가정대학 식생활학과
한 경 선
교수 윤 서 석
Dept. of food and Nutrition, Chung Ang University.
Kyoung Sun Han
Prof.; **Seo Seock Yoon**

<목 차>

Ⅰ. 서 론
Ⅱ. 연구방법
1. 조사대상 및 조사기간
2. 조사방법
3. 자료분석
Ⅲ. 연구결과 및 고찰
1. 밥상차림의 상용실태
2. 반찬의 내용
Ⅳ. 결 론
참고문헌

<Abstract>

The purpose of this study is to explore the daily meal pattern. This could view the future trend of meal pattern by comparing the ones in the past. The informations of this study were obtained from 720 housewives residing in various parts of Korea during July 20 to september 10, 1985, by using questionaires. The subjects were divided into several groups according to their ages, educational levels, careeres, monthly incomes, numbers of family, areas of residence, and types of housing. The χ^2-test was applied to see the indivisual data. The following observations were made in this study:

72% of Korean families had rice with side dish set three times a day, the first choice for rice substitute was noodle and the second was breads, 80% of the subjects consumed 2~4 varieties of side dishes. The favorite were Kimchi and Doh-an jeang ćigae (soybean paste stew), cooked vegetable and Gohchoojeang ćigae (Red pepper paste stew).

Ⅰ. 서 론

한 민족의 일상식의 기본구조는 그 나라의 자연적환경을 기본요인으로 하여 형성되고 사회적환경에 영향을 받으면서 변모·발전한다. 우리나라는 기후면에서 벼농사에 적절한 일조량과 강우량을 갖추고 있어 벼농사를 1위의 생업으로 삼았고 각 고장의 풍토적특성에 따라 보리·조·기타 잡곡류를 다양하게 경작하였다. 이런 배경에서 곡물이 일반의 주요식량이 되어 쌀, 보리, 조 등으로 밥을하여 주식으로 삼고, 여기에 맞추어 영양상 균형을 이룰수 있도록 콩으로 여러가지 장을 담고 어패류와 채소로 절임을 하고 고기, 생선으로 포, 구이, 국 등을 만들어 반찬으로 하는 밥상차림의 일상식의 기본구조를 세웠다[1]. 그 시기는 대체로 삼국시

대 후기경인데 이후로 우리나라가 벼농사국으로 이어오는 동안 이 기본구조는 계속되어 왔다.

그러나 한국은 1960년대에 이르러 경제개발계획의 추진으로 근대 산업사회로의 전환을 꾀하여 식품의 산출상이 발전하고 경제적 사회적 가치관의 면에서도 많이 변모하였다.[2] 그리고 외래음식의 수용이 증대되고 요식업소의 이용도가 증대됨[3]에 따라 식습관이 변화되어 샐러드, 빵, 우유, 튀김음식, 햄, 소세지 등 서구음식에 대한 기호도가 높아지고 있다는 보고[4]가 있다. 위와같은 요인에 따라 일상식의 구조가 변화되었을 것으로 생각되는데 현재까지의 연구는 식습관의 변화[5~9], 기호의 변화[10~14]에 관한 것으로서 일상식의 구조변화에 관한 연구는 없다.

이에 본 조사는 현대 산업사회 환경에서 한국가정이 상용하는 일상식의 양식을 파악해 보고자 하였다. 이는 현재의 일상식의 구조를 파악하게 하고 과거와의 비교는 물론 미래의 일상식의 구조를 생각해 보는 기초 연구가 될 것으로 생각된다.

Ⅱ. 연구방법

1. 조사대상 및 조사기간

서울, 경기도, 경상도, 전라도, 충청도, 인천직할시, 부산직할시, 제주도에 거주하는 주부 720명을 대상으로 하여 조사하였다. 그 대상을 주부의 연령, 학력, 월수입, 직업, 가족수, 주거지역, 주거형태별로 나누어 조사하였다.

조사기간은 1985년 7월 20일에서 9월 10일까지 50일에 걸쳐 조사하였다.

2. 조사방법

조사방법은 질문지법을 사용하였다. 조사원들이 거주지역을 중심으로 각 가정을 직접 방문하여 질문지의 내용을 설명한후 질문지를 배부·회수하였다.

3. 자료분석

총 720부를 분석자료로 사용하였다. 조사대상자의 일반적 상황을 파악하기 위해 연령, 학력, 직업, 월수입, 가족수, 주거지역, 주거형태를 조사하여 빈도수와 백분율을 구했으며 각집단별로 χ^2-test로 유의성을 검증하였다. 모든 자료의 통계처리는 Computer로 처리하였다.

Ⅲ. 연구결과 및 고찰

1. 밥상차림의 상용실태

그간 한국에서 상용한 일상식의 차림은 밥과 반찬으로 구성된 밥상차림이었다. 밥상차림에서 밥과 반찬의 내용구성은 영양, 맛, 시각성 등에서 상호보완성을 기본원칙으로 다듬어져 있고 이것을 모두 한상에다 모아 차리는 양식으로 정착되었다.[15] 가장 간단한 3첩에서 밥, 국이나 찌개, 김치, 나물, 생채, 구이나 조림을 차리게 하여 열량과 각 영양소의 균형을 이루게 하고 반찬수가 많아질수록 맛과 색채감, 음식의 냉온이 조화를 이루도록 꾸며져 있어 우리의 밥상차림이 매우 합리적인 것을 알 수 있다. 그러나 사회환경의 변천, 생활양식의 변화로 빵, 면류의 이용도가 많아짐에 따라 세끼를 모두 밥과 반찬으로 이루어진 밥상차림의 일상식의 양식이 변모하였을 것으로 짐작한다.

이런 생각에서 우선 현재 하루에 밥과 반찬의 식사를 하는 횟수를 조사하였는데 그 결과는 〈표 1-1〉과 같다. 하루 세끼 밥상차림으로 식사하는 경우 72%, 하루 두끼가 23%, 하루 한끼가 3.0%, 한끼도 없는 것이 2.0%였다. 연령이 많고 학력이 낮고, 농가 단독주택이고, 월수입이 적고, 가족수가 많을수록 밥상차림의 식사횟수가 많아 하루 세끼하는 경향이였다. 그와는 반대로 연령이 적고, 학력이 높고, 대도시의 아파트나 연립주택에 살고 월수입이 많고, 가족수가 적을수록 밥상차림의 식사를 하루 한끼 또는 더 적게 하는 경향을 보였다 ($p<.001$). 전 비교군에서 72%가 세끼 모두를 밥상차림의 식사를 하고 있어 많은 가정의 전통적인 일상식양식의 계속성을 알 수 있었다. 이는 밥과 반찬의 일상식이 우리의 기호면에서 더 밀착되어 있고 인간의 에너지와 영양의 필요성을 충족시키기에 적합하고 경제적인 면에서 더 바람직하기 때문일 것으로 생각된다.

〈표 I-1〉 밥상차림의 상용실태 %(N)

구분 \ 내용		하루세끼	하루두끼	하루한끼	한끼도없다	계	비 고
연령별	20~29세	63.5(120)	31.2 (59)	3.7 (7)	1.6 (3)	100.0(189)	
	30~39세	69.7(182)	23.0 (60)	3.4 (9)	3.8(10)	100.0(261)	$x^2=26.63$
	40~49세	79.0(128)	19.1 (31)	1.9 (3)	0.0 (0)	100.0(162)	df=9
	50세 이상	85.2 (75)	11.4 (10)	2.3 (2)	1.1 (1)	100.0 (88)	p<.01
	계	72.1(505)	22.9(160)	3.0(21)	2.0(14)	100.0(700)	
학력별	국 졸	92.0 (69)	6.7 (5)	0.0 (0)	1.3 (1)	100.0 (75)	
	중 졸	81.3(122)	12.7 (19)	2.7 (4)	3.3 (5)	100.0(150)	$x^2=71.24$
	고 졸	72.0(242)	22.6 (76)	3.0(10)	2.4 (8)	100.0(336)	df=9
	대졸이상	48.5 (63)	46.9 (61)	4.6 (6)	0.0 (0)	100.0(130)	p<.001
	계	71.8(496)	23.3(161)	2.9(20)	2.0(14)	100.0(691)	
주거형태별	단독주택	76.3(241)	20.6 (65)	2.2 (7)	0.9 (3)	100.0(316)	
	아파트	64.6(159)	29.3 (72)	3.3 (8)	2.8 (7)	100.0(246)	$x^2=23.75$
	연립주택	58.9 (33)	32.1 (18)	5.4 (3)	3.6 (2)	100.0 (56)	df=9
	농가단독주택	85.1 (57)	9.0 (6)	4.5 (3)	1.5 (1)	100.0 (67)	p<.01
	계	71.5(490)	23.5(161)	3.1(21)	1.9(13)	100.0(685)	
주거지역별	대도시	61.5(179)	32.0 (93)	3.8(11)	2.7 (8)	100.0(291)	
	중도시	72.1(160)	23.9 (53)	2.7 (6)	1.4 (3)	100.0(222)	$x^2=44.63$
	소도시	87.8 (79)	8.9 (8)	1.1 (1)	2.2 (2)	100.0 (90)	df=9
	농어촌	89.9 (80)	5.6 (5)	3.4 (3)	1.1 (1)	100.0 (89)	p<.001
	계	72.0(498)	23.0(159)	3.0(21)	2.0(14)	100.0(692)	
직업별	가정주부	74.3(364)	22.0(108)	2.0(10)	1.6 (8)	100.0(490)	
	자유업	68.8 (75)	22.9 (25)	4.6 (5)	3.7 (4)	100.0(109)	$x^2=11.8$
	시간제직장	72.0 (18)	20.0 (5)	8.0 (2)	0.0 (0)	100.0 (25)	df=9
	정규직장	62.7 (42)	29.9 (20)	6.0 (4)	1.5 (1)	100.0 (67)	N.S.
	계	72.2(499)	22.9(158)	3.0(21)	1.9(13)	100.0(691)	
월수입별	20~35만원	79.8(197)	14.2 (35)	2.0 (5)	4.0(10)	100.0(247)	
	36~50만원	70.1(155)	26.7 (59)	2.3 (5)	0.9 (2)	100.0(221)	$x^2=37.93$
	51~60만원	68.2 (75)	27.3 (30)	4.5 (5)	0.0 (0)	100.0(110)	df=9
	61만원이상	59.2 (61)	35.0 (36)	5.8 (6)	0.0 (0)	100.0(103)	p<.001
	계	71.7(488)	23.5(160)	3.1(21)	1.8(12)	100.0(681)	
가족수별	2 인	48.3 (29)	50.0 (30)	1.7 (1)	0.0 (0)	100.0 (60)	
	3~4인	71.6(229)	24.7 (79)	2.2 (7)	1.6 (5)	100.0(320)	$x^2=37.29$
	5~6인	76.0(196)	17.1 (44)	4.3(11)	2.7 (7)	100.0(258)	df=9
	7인 이상	80.7 (46)	12.3 (7)	3.5 (2)	3.5 (2)	100.0 (57)	p<.001
	계	71.9(500)	23.0(160)	3.0(21)	2.0(14)	100.0(695)	

N.S.: not significant

〈표 1-2〉 밥이 아닐때 먹는 식사의 내용 %(N)

구분 \ 내용		빵	국수(냉면, 온면등)	장국밥류(설농탕, 곰탕)	떡, 피자, 햄버거	계	비 고
연령별	20~29세	27.4 (51)	69.4(129)	2.2 (4)	1.1 (2)	100.0(186)	
	30~39세	27.6 (70)	69.2(158)	5.9(15)	4.3(11)	100.0(254)	x^2=65.94
	40~49세	19.2 (30)	78.2(122)	1.9 (3)	0.6 (1)	100.0(156)	df=9
	50세 이상	9.4 (8)	68.2 (58)	21.2(18)	1.2 (1)	100.0 (85)	p<.001
	계	23.3(159)	68.6(467)	5.9(40)	2.2(15)	100.0(681)	
학력별	국 졸	11.1 (8)	86.1 (26)	2.8 (2)	0.0 (0)	100.0 (72)	
	중 졸	10.3 (15)	80.1(117)	7.5(11)	2.1 (3)	100.0(146)	x^2=57.61
	고 졸	24.4 (80)	66.5(218)	6.4(21)	2.7 (9)	100.0(328)	df=9
	대 졸 이 상	44.5 (57)	48.4 (62)	4.7 (6)	2.3 (3)	100.0(128)	p<.001
	계	23.7(160)	68.1(459)	5.9(40)	2.2(15)	100.0(674)	
주거형태별	단 독 주 택	17.1 (52)	77.6(236)	4.6(14)	0.7 (2)	100.0(304)	
	아 파 트	36.8 (89)	52.5(127)	7.4(18)	3.3 (6)	100.0(242)	x^2=73.62
	연 립 주 택	30.9 (17)	54.5 (30)	5.5 (3)	9.1 (5)	100.0 (55)	df=9
	농가단독주택	3.1 (2)	89.2 (58)	7.7 (5)	0.0 (0)	100.0 (65)	p<.001
	계	24.0(160)	67.7(451)	6.0(40)	2.3(13)	100.0(666)	
주거지역별	대 도 시	29.0 (81)	62.4(174)	6.8(19)	1.8 (5)	100.0(279)	
	중 도 시	26.9 (58)	66.7(144)	4.2 (9)	2.3 (5)	100.0(216)	x^2=31.12
	소 도 시	12.1 (11)	76.9 (70)	5.5 (5)	5.5 (5)	100.0 (91)	df=9
	농 어 촌	9.2 (8)	83.9 (73)	6.9 (6)	0.0 (0)	100.0 (87)	p<.001
	계	23.5(158)	68.5(461)	5.8(39)	2.2(15)	100.0(673)	
직업별	가 정 주 부	24.2(116)	68.7(329)	4.6(22)	2.5(12)	100.0(479)	
	자 유 업	15.2 (16)	73.3 (77)	11.4(12)	0.0 (0)	100.0(105)	x^2=16.98
	시간제직장	28.6 (6)	61.9 (13)	4.8 (1)	4.8 (1)	100.0 (21)	df=9
	정 규 직 장	31.3 (21)	58.2 (39)	7.5 (5)	3.0 (2)	100.0 (67)	p<.05
	계	23.7(159)	68.2(458)	6.0(40)	2.2(15)	100.0(672)	
월수입별	20~35만원	14.6 (35)	80.0(192)	3.3 (8)	2.1 (5)	100.0(240)	
	36~50만원	20.7 (44)	73.2(156)	3.8 (8)	2.3 (5)	100.0(213)	x^2=69.26
	51~60만원	42.6 (46)	50.0 (54)	5.6 (6)	1.9 (2)	100.0(108)	df=9
	61만원이상	31.7 (32)	49.5 (50)	16.8(17)	2.0 (2)	100.0(101)	p<.001
	계	23.7(157)	68.3(452)	5.9(39)	2.1(14)	100.0(662)	
가족수별	2 인	39.3 (24)	50.8 (31)	4.9 (3)	4.9 (3)	100.0 (61)	
	3~4인	28.3 (88)	64.3(200)	4.8(15)	2.6 (8)	100.0(311)	x^2=50.71
	5~6인	16.4 (41)	78.0(195)	4.4(11)	1.2 (3)	100.0(250)	df=9
	7인 이상	9.3 (5)	68.5 (37)	20.4(11)	1.9 (1)	100.0 (54)	p<.001
	계	23.4(158)	68.5(463)	5.9(40)	2.2(15)	100.0(676)	

N.S.: not significant

세끼의 식사중 밥이 아닐때 주로 먹는 음식은 〈표 1-2〉에서 보는 바와 같이 국수가 68%, 빵이 24%, 장국밥류가 6%, 떡·피자·햄버거가 2%로 국수가 가장 많은 비율을 차지했다. 연령이 낮고, 학력이 높고, 대도시의 아파트나 연립주택에 살고 직장이 있고, 수입이 많고, 가족수가 적을수록 빵을 많이 먹는 경향이었다. 연령이 높고, 학력이 낮고, 농어촌의 단독주택에서 살고, 직업이 없고, 월수입이 적고, 가족수가 많을수록 국수를 많이 먹는 경향이었다.($p<.001$) 이는 밥상차림의 식사를 하지 않을때 빵을 먹는 비율이 25%뿐이며 연령이 낮고, 학력이 높을수록 빵을 먹는 경향이라고 보고한 임[16]의 보고와 일치했다. 본 조사에서는 세끼중 어느 때에 밥과 반찬의 식사를 하지 않는지 물어 보지 않았으나 임의 보고에서는 연령이 낮고, 학력이 높을수록 빵대용시 점심식사가 55.5%, 아침이 41%, 저녁이 3.2%였고 연령이 높고 학력이 낮을수록 점심에 국수나 장국밥류를 먹고 있다고 했다.

우리나라와 같은 쌀문화권의 나라인 일본의 식사형태는 1972년의 石毛直道[17]의 보고를 보면 아침에 밥을 먹는 비율이 21%, 빵이 74%, 면류가 5%로 아침식사는 많은 가정이 빵으로 먹고 있음을 알 수 있었다. 점심에는 밥(흰밥, 볶음밥, 카레라이스)이 64%, 빵이 12%, 면류(우동, 볶음국수, 라면, 스파게티 등) 22%, 기타 2%로 밥과 면의 형태로 먹는 가정이 더 많았다. 저녁에는 밥이 88%로 압도적이며 그중 백반이 85%였다. 면은 5.8%, 빵은 4.2%, 기타 2%로 밥이 압도적이었다. 이것으로 보아 일본도 1972년도에는 세끼식사에서 여전히 밥이 주류를 이루고 있으나 세끼 중 한끼를 빵을 먹는 비율이 많았고 특히 아침식사에서 많은 것을 알 수 있었다. 이 보고는 그 대상이 도시에 살고, 경제수준이 중상층인 330명만을 대상으로하여 일본전체의 식사형태라고 말할 수는 없으나 1981년의 일본국민영양조사[18]에 따르면 거의 전 가정이 세끼중 한끼를 빵을 먹는다는 보고를 볼 때 일본의 식사에서 빵이 차지하는 비율이 우리나라보다 큰 것을 알 수 있다.

2. 반찬의 내용

1) 한끼 식사의 반찬 가짓수

한끼의 식사에서 반찬의 수를 살펴보면 〈표 2-1〉에서 보는 바와같이 3~4가지가 42%, 2가지가 38%, 5가지 이상이 18.5%, 1가지가 1.5%의 순으로 3~4가지가 가장 많고 80%가 2~4가지의 반찬으로 식사를 하고 있었다. 학력이 높고, 수입이 많고, 가족수가 많을수록 반찬의 수가 많고, 학력이 낮고, 수입이 적고, 가족수가 적을수록 반찬의 수가 적은 경향을 보였다.($p<.05$~$p<.001$) 1980년의 유[19]의 보고에서는 반찬의 수가 3~4가지가 54.3%로 가장 많고, 5~6가지가 27.8%, 1~2가지가 14.4%, 7~8 가지가 3.5%로 3~4가지가 가장 많은 비율였었는데 이와 일치했다. 유의 보고에서는 반찬수가 많은 것은 습관에 의한 것으로 생각되므로 점차 간소화되어야 할 것이라고 제시했었는데 위의 결과를 보면 반찬의 수가 줄어들어 점차 간소화되고 있음을 알 수 있었다.

2) 반찬 품목의 사용빈도

반찬 품목중 가장 많이 먹는 반찬을 보면 〈표 2-2〉에서 보는 바와 같이 된장찌개가 45.5%로 가장 많고 나물 24%, 고추장찌개 11.5%, 구이나 조림 10.5%, 샐러드 3.5%, 튀김 3.3%, 전 1.4%, 젓갈 0.3%의 순서였다. 가장 많이 먹는 품목은 찌개·나물·구이의 순서였다. 학력이 낮고, 농어촌의 단독주택이고, 수입이 적고, 가족수가 많을수록 된장찌개를 많이 먹는 경향이였다. 학력이 높고, 대도시의 아파트나 연립주택에 살고, 월수입이 많고 가족수가 적을수록 고추장찌개, 구이나 조림, 샐러드를 많이 먹는 경향을 보였다.($p<.001$)

3) 반찬 품목중 필수적인 반찬

밥상차림의 식사에서 꼭 필요하다고 생각되는 반찬품목의 조사결과는 〈표 2-3〉에서 보는 바와 같이 김치가 83%, 찌개 11.5%, 나물 2.3%, 조림 1.6%, 구이 0.7%, 샐러드 0.6%, 마른반찬·장아찌가 0.6%, 젓갈 0.1%의 순으로 김치가 절대적인 순위였고, 젓갈의 필요도는 낮은 것을 알 수 있었다. 농가이고, 수입이 적고, 가족수가 많을수록 김치의 필요를 더 크게 느끼는 경향이였다.

〈표 2-1〉 한끼의 식사에서 반찬가짓수 %(N)

구분	내용	1 가 지	2 가 지	3~4 가지	5가지이상	계	비 고
연령별	20~29세	0.5 (1)	40.7 (77)	41.8 (79)	16.9 (32)	100.0(189)	
	30~39세	2.7 (7)	34.7 (91)	46.2(121)	16.4 (43)	100.0(262)	$x^2=9.94$
	40~49세	1.2 (2)	36.4 (59)	39.5 (64)	22.8 (37)	100.0(162)	df=9
	50세이상	2.3 (2)	40.9 (36)	35.2 (31)	21.6 (19)	100.0 (88)	N.S.
	계	1.7(12)	37.5(263)	42.1(295)	18.7(131)	100.0(701)	
학력별	국 졸	0.0 (0)	58.1 (43)	29.7 (22)	12.2 (9)	100.0 (74)	
	중 졸	2.0 (3)	40.5 (62)	42.5 (65)	15.0 (23)	100.0(153)	$x^2=21.57$
	고 졸	2.1 (7)	34.6(116)	42.7(143)	20.6 (69)	100.0(335)	df=9
	대졸이상	0.8 (1)	30.0 (39)	46.9 (61)	22.3 (29)	100.0(130)	p<.01
	계	1.6(11)	37.6(260)	42.1(291)	18.8(130)	100.0(692)	
주거형태별	단독주택	1.6 (5)	45.0(144)	33.8(108)	19.7 (63)	100.0(320)	
	아 파 트	1.2 (3)	24.6 (60)	58.6(143)	15.6 (38)	100.0(244)	$x^2=52.27$
	연립주택	3.6 (2)	51.8 (29)	28.6 (16)	16.1 (9)	100.0 (56)	df=9
	농가단독주택	3.0 (2)	33.3 (22)	33.3 (22)	30.3 (20)	100.0 (66)	p<.001
	계	1.7(12)	37.2(255)	42.1(289)	19.0(130)	100.0(686)	
주거지역별	대 도 시	1.0 (3)	31.4 (92)	47.4(139)	20.1 (59)	100.0(293)	
	중 도 시	1.8 (4)	40.7 (90)	42.5 (94)	14.9 (33)	100.0(221)	$x^2=15.43$
	소 도 시	3.3 (3)	42.4 (39)	35.9 (33)	18.5 (17)	100.0 (92)	df=9
	농 어 촌	2.3 (2)	44.8 (39)	31.0 (27)	21.8 (19)	100.0 (87)	N.S.
	계	1.7(12)	37.5(260)	42.3(293)	18.5(128)	100.0(693)	
직업별	가정주부	1.8 (9)	35.4(174)	43.5(214)	19.3 (95)	100.0(492)	
	자 유 업	0.9 (1)	40.7 (44)	36.1 (39)	22.2 (24)	100.0(108)	$x^2=7.35$
	시간제직장	4.2 (1)	45.8 (11)	37.5 (9)	12.5 (3)	100.0 (24)	df=9
	정규직장	1.5 (1)	39.7 (27)	47.1 (32)	11.8 (8)	100.0 (68)	N.S.
	계	1.7(12)	37.0(256)	42.5(294)	18.8(130)	100.0(692)	
월수입별	20~35만원	2.0 (5)	51.6(127)	35.8 (88)	10.6 (26)	100.0(246)	
	36~50만원	2.3 (5)	36.4 (80)	43.6 (96)	17.7 (33)	100.0(220)	$x^2=55.38$
	51~60만원	0.9 (1)	28.2 (31)	48.2 (53)	22.7 (25)	100.0(110)	df=9
	61만원이상	0.0 (0)	18.4 (19)	47.6 (49)	34.0 (35)	100.0(103)	p<.001
	계	1.6(11)	37.8(257)	42.1(286)	18.4(125)	100.0(679)	
가족수별	2 인	0.0 (0)	42.4 (25)	44.1 (26)	13.6 (8)	100.0 (59)	
	3~4인	2.2 (7)	37.5(120)	43.1(138)	17.2 (55)	100.0(320)	$x^2=18.44$
	5~6인	1.9 (5)	36.2 (94)	44.6(116)	17.3 (45)	100.0(260)	df=9
	7인 이상	0.0 (0)	36.8 (21)	26.3 (15)	36.8 (21)	100.0 (57)	p<.05
	계	1.7(12)	37.4(260)	42.4(295)	18.5(129)	100.0(696)	

N.S.: not significant

〈표 2-2〉 반찬품목의 사용빈도 %(N)

구분 \ 내용		나 물	샐러드	된장찌개	고추장찌개	구이나조림(생선육류)	전	튀 김	젓갈	계	비 고
연	20~29세	24.6 (47)	4.2 (8)	42.4 (81)	13.1(25)	11.5(22)	1.6 (3)	2.1 (4)	0.5(1)	100.0(191)	
	30~39세	26.3 (69)	3.8(10)	42.4(111)	10.3(27)	11.1(29)	1.9 (5)	4.2(11)	0.0(0)	100.0(262)	$x^2=18.33$
령	40~49세	23.9 (39)	3.7 (6)	50.3 (82)	8.6(14)	9.8(16)	0.6 (1)	2.5 (4)	0.6(1)	100.0(163)	df=21
	50세 이상	18.6 (16)	0.0 (0)	52.3 (45)	16.3(14)	7.0 (6)	1.2 (1)	4.7 (4)	0.0(0)	100.0 (86)	N.S.
별	계	24.4(171)	3.4(24)	45.4(319)	11.4(80)	10.4(73)	1.4(10)	3.3(23)	0.3(2)	100.0(702)	
학	국 졸	19.7 (15)	2.6 (2)	67.1 (51)	6.6 (5)	1.3 (1)	0.0 (0)	2.6 (2)	0.0(0)	100.0 (76)	
	중 졸	28.7 (43)	2.7 (4)	50.7 (76)	6.0 (9)	8.0(12)	0.7 (1)	2.7 (4)	0.7(1)	100.0(150)	$x^2=71.05$
력	고 졸	27.7 (93)	2.7 (9)	43.5(146)	10.7(36)	10.7(36)	1.8 (6)	3.0(10)	0.0(0)	100.0(336)	df=21
	대졸이상	13.7 (18)	6.9 (9)	30.5 (40)	21.4(28)	19.1(25)	2.3 (3)	5.3 (7)	0.8(1)	100.0(131)	p<.001
별	계	24.4(169)	3.5(24)	45.2(313)	11.3(78)	10.7(74)	1.4(10)	3.3(23)	0.3(2)	100.0(693)	
주	단독주택	22.9 (73)	3.4(11)	52.7(168)	7.8 (25)	9.7(31)	1.3 (4)	1.9 (6)	0.3(1)	100.0(319)	
거	아 파 트	24.3 (60)	3.6 (9)	34.0 (84)	18.2(45)	13.4(33)	1.6 (4)	4.5(11)	0.4(1)	100.0(247)	$x^2=40.31$
형	연립주택	30.4 (17)	3.6 (2)	44.6 (25)	8.9 (5)	10.7 (6)	0.0 (0)	1.8 (1)	0.0(0)	100.0 (56)	df=21
태	농가단독주택	20.0 (13)	1.5 (1)	58.5 (38)	7.7 (5)	4.6 (3)	3.1 (2)	4.6 (3)	0.0(0)	100.0 (65)	p<.01
별	계	23.7(163)	3.3(23)	45.9(315)	11.6(80)	10.6(73)	1.5(10)	3.1(21)	0.3(2)	100.0(687)	
주	대 도 시	24.5 (72)	3.4(10)	38.1(112)	14.6(43)	13.3(39)	1.0 (3)	5.1(15)	0.0(0)	100.0(294)	
거	중 도 시	27.1 (60)	3.6 (8)	45.7(101)	11.3(25)	10.4(23)	0.9 (2)	0.5 (1)	0.5(1)	100.0(221)	$x^2=47.34$
지	소 도 시	17.8 (16)	5.6 (5)	55.6 (50)	7.8 (7)	5.6 (5)	4.4 (4)	3.3 (3)	0.0(0)	100.0 (90)	df=21
역	농 어 촌	22.5 (20)	1.1 (1)	59.6 (53)	3.4 (3)	6.7 (6)	1.1 (1)	4.5 (4)	1.1(1)	100.0 (89)	p<.001
별	계	24.2(168)	3.5(24)	45.5(316)	11.2(78)	10.5(73)	1.4(10)	3.3(23)	0.3(2)	100.0(694)	
직	가정주부	25.8(127)	3.3(16)	44.7(220)	11.6(57)	10.2(50)	1.2 (6)	3.0(15)	0.2(1)	100.0(492)	
	자 유 업	19.3 (21)	2.8 (3)	51.4 (56)	8.3 (9)	12.8(14)	0.9 (1)	3.7 (4)	0.9(1)	100.0(109)	$x^2=19.95$
업	시간제직장	33.3 (8)	4.2 (1)	37.5 (9)	4.2 (1)	16.7 (4)	4.2 (1)	0.0 (0)	0.0(0)	100.0 (24)	df=21
	정규직장	16.2 (11)	5.9 (4)	42.6 (29)	19.1(13)	8.8 (6)	2.9 (2)	4.4 (3)	0.0(0)	100.0 (68)	N.S.
별	계	24.1(167)	3.5(24)	45.3(314)	11.5(80)	10.7(74)	1.4(10)	3.2(22)	0.3(2)	100.0(693)	
월	20~35만원	27.9 (69)	2.8 (7)	53.4(133)	5.6(14)	6.0(15)	1.2 (3)	2.8 (7)	0.4(1)	100.0(249)	
수	36~50만원	21.0 (46)	3.7 (8)	49.3(108)	13.7(30)	8.7(19)	1.8 (4)	1.8 (4)	0.0(0)	100.0(219)	$x^2=57.09$
	51~60만원	20.2 (22)	2.8 (3)	37.6 (41)	19.3(21)	12.8(14)	1.8 (2)	4.6 (5)	0.9(1)	100.0(109)	df=21
입	61만원이상	23.3 (24)	4.9 (5)	29.1 (30)	13.6(14)	22.3(23)	1.0 (1)	5.8 (6)	0.0(0)	100.0(103)	p<.001
별	계	23.7(161)	3.4(23)	45.9(312)	11.6(79)	10.4(71)	1.5(10)	3.2(22)	0.3(2)	100.0(680)	
가	2 인	18.0 (11)	6.6 (4)	32.8 (20)	16.4(10)	13.1 (8)	6.6 (4)	4.9 (3)	1.6(1)	100.0 (61)	
족	3~4인	27.6 (89)	2.8 (9)	46.0(148)	9.9(32)	9.9(32)	0.9 (3)	2.8 (9)	0.0(0)	100.0(322)	$x^2=33.25$
	5~6인	20.2 (52)	3.5 (9)	50.0(129)	11.2(29)	10.1(26)	0.8 (2)	3.9(10)	0.4(1)	100.0(258)	df=21
수	7인 이상	28.6 (16)	3.6 (2)	37.5 (21)	12.5 (7)	14.3 (8)	1.8 (1)	1.8 (1)	0.0(0)	100.0 (56)	p<.05
별	계	24.1(168)	3.4(24)	45.6(318)	11.2(78)	10.6(74)	1.4(10)	3.3(23)	0.3(2)	100.0(697)	

N.S.: not significant

〈표 2-3〉 반찬품목중 필수적인 반찬품목 %(N)

구분 \ 내용		김 치	나 물	샐러드	구 이 (생선·육류)	조 림 (생선·육류)	찌 개	마른반찬 장아찌	젓갈	계	비 고
연	20~29세	79.5(151)	2.1 (4)	1.1(2)	1.1(2)	1.1 (2)	14.2(27)	1.1(2)	0.0(0)	100.0(190)	
	30~39세	86.7(229)	2.3 (6)	0.0(0)	0.8(2)	1.5 (4)	8.0(21)	0.8(2)	0.0(0)	100.0(264)	x^2=20.99
령	40~49세	77.9(127)	3.1 (5)	1.2(2)	0.0(0)	2.5 (4)	14.7(24)	0.0(0)	0.6(1)	100.0(163)	df=21
	50세이상	87.2 (75)	1.2 (1)	0.0(0)	1.2(1)	1.2 (1)	9.3 (8)	0.0(0)	0.0(0)	100.0 (86)	N.S.
별	계	82.8(582)	2.3(16)	0.6(4)	0.7(5)	1.6(11)	11.4(80)	0.6(4)	0.1(1)	100.0(703)	
학	국 졸	86.8 (66)	2.6 (2)	1.3(1)	0.0(0)	1.3 (1)	7.9 (6)	0.0(0)	0.0(0)	100.0 (76)	
	중 졸	86.0(129)	0.7 (1)	0.0(0)	0.0(0)	0.7 (1)	12.0(18)	0.7(1)	0.0(0)	100.0(150)	x^2=32.17
력	고 졸	85.5(289)	2.1 (7)	0.6(2)	1.2(4)	1.5 (5)	8.3(28)	0.6(2)	0.3(1)	100.0(338)	df=21
	대졸이상	68.7 (90)	4.6 (6)	0.8(1)	0.8(1)	3.1 (4)	21.4(28)	0.8(1)	0.0(0)	100.0(131)	N.S.
별	계	82.6(574)	2.3(16)	0.6(4)	0.7(5)	1.6(11)	11.5(80)	0.6(4)	0.1(1)	100.0(695)	
주	단독주택	86.5(275)	1.9 (6)	0.3(1)	0.6(2)	0.9 (3)	9.4(30)	0.0(0)	0.3(1)	100.0(318)	
거	아 파 트	77.4(192)	2.4 (6)	0.8(2)	1.2(3)	2.4 (6)	15.3(38)	0.4(1)	0.0(0)	100.0(248)	x^2=35.30
형	연립주택	75.4 (43)	5.3 (3)	0.0(0)	0.0(0)	3.5 (2)	15.8 (9)	0.0(0)	0.0(0)	100.0 (57)	df=21
태	농기단독주택	90.8 (59)	0.0 (0)	0.0(0)	0.0(0)	0.0 (0)	4.6 (3)	3.1(2)	0.0(0)	100.0 (65)	p<.03
별	계	82.7(569)	2.2(15)	1.5(3)	0.7(5)	1.6(11)	11.6(80)	0.4(3)	0.1(1)	100.0(688)	
주	대 도 시	78.9(232)	2.7 (8)	1.4(4)	0.7(2)	1.7 (5)	14.6(43)	0.0(0)	0.0(0)	100.0(294)	
거	중 도 시	83.7(185)	2.3 (5)	0.0(0)	1.4(3)	1.8 (4)	10.4(23)	0.5(1)	0.0(0)	100.0(221)	x^2=29.62
지	소 도 시	85.7 (78)	2.2 (2)	0.0(0)	0.0(0)	2.2 (2)	6.6 (6)	2.2(2)	1.1(1)	010.0 (91)	df=21
역	농 어 촌	88.8 (79)	1.1 (1)	0.0(0)	0.0(0)	0.0 (0)	9.0 (8)	1.1(1)	0.0(0)	100.0 (89)	N.S.
별	계	82.6(574)	2.3(16)	0.0(0)	0.7(5)	1.6(11)	11.5(80)	0.6(4)	0.1(1)	100.0(695)	
직	가정주부	84.0(414)	2.6(13)	0.4(2)	0.8(4)	1.6 (8)	10.1(50)	0.4(2)	0.0(0)	100.0(493)	
	자 유 업	85.3 (93)	0.0 (0)	1.8(2)	0.9(1)	0.0 (0)	10.1(11)	0.9(1)	0.9(1)	100.0(109)	x^2=26.93
업	시간제직장	70.8 (17)	0.0 (0)	0.0(0)	0.0(0)	4.2 (1)	25.0 (6)	0.0(0)	0.0(0)	100.0 (24)	df=21
	정규직장	75.4 (52)	4.3 (3)	0.0(0)	0.0(0)	1.4 (1)	17.4(12)	1.4(1)	0.0(0)	100.0 (69)	N.S.
별	계	82.9(576)	2.3(16)	0.6(4)	0.7(5)	1.4(10)	11.4(79)	0.6(4)	0.1(1)	100.0(695)	
월	20~35만원	89.1(220)	2.4 (6)	0.4(1)	0.0(0)	0.8 (2)	6.9(17)	0.4(1)	0.0(0)	100.0(247)	
수	36~50만원	81.4(180)	1.8 (4)	0.0(0)	0.9(2)	0.9 (2)	14.0(31)	0.9(2)	0.0(0)	100.0(221)	x^2=32.54
	51~60만원	72.7 (80)	2.7 (3)	0.9(1)	0.9(1)	2.7 (3)	19.1(21)	0.9(1)	0.0(0)	100.0(110)	df=21
입	61만원	80.6 (83)	2.9 (3)	1.9(2)	1.0(1)	2.9 (3)	9.7(10)	0.0(0)	1.0(1)	100.0(103)	p<.05
별	계	82.7(563)	2.3(16)	0.6(4)	0.6(4)	1.5(10)	11.6(79)	0.6(4)	0.1(1)	100.0(681)	
가	2 인	73.8 (45)	1.6 (1)	3.3(2)	0.0(0)	0.0 (0)	18.0(11)	3.3(2)	0.0(0)	100.0 (61)	
족	3~4인	84.5(272)	2.5 (8)	0.3(1)	0.6(2)	0.6 (2)	11.2(36)	0.3(1)	0.0(0)	100.0(322)	x^2=34.48
	5~6인	82.3(214)	1.9 (5)	0.4(1)	1.2(3)	3.5 (9)	10.0(26)	0.4(1)	0.4(1)	100.0(260)	df=21
수	7인 이상	83.6 (46)	3.6 (2)	0.0(0)	0.0(0)	0.0 (0)	12.7 (7)	0.0(0)	0.0(0)	100.0 (55)	p<.03
별	계	82.7(577)	2.3(16)	0.6(4)	0.7(5)	1.6(11)	11.5(80)	0.6(4)	0.1(1)	100.0(698)	

N.S: not significant

($p<.05$) 변인별로 약간의 차이는 있으나 밥상차림의 식사에서 김치의 필요는 여전히 최고로 높은 것을 알 수 있었다.

Ⅳ. 결 론

한국 가정의 일상식의 구조내용은 한국 가정의 72%가 하루 세끼를 밥과 반찬의 밥상차림으로 식사를 하고 있었고 밥이 아닐때 68%가 국수를 먹고, 24%가 빵을 먹고 있었다. 주부의 연령이 낮고, 학력이 높고, 대도시에 살고, 직업이 있고, 월수입이 많을수록 빵을 먹는 경향이였다. 한끼의 식사에서 반찬의 수는 3~4가지가 42.5%, 2가지가 38%로 80%가 2~4가지로 반찬 가짓수가 점차줄어들어 간소화되고 있었다. 반찬의 사용빈도는 김치, 된장찌개, 나물, 고추장찌개 등의 순이였다. 주부의 학력이 낮고, 농어촌의 단독주택에 살고, 수입이 적고, 가족수가 많을수록 된장찌개를 즐겨 먹는 경향이며, 학력이 높고 대도시의 아파트나 연립주택에 살고, 월수입이 많고, 가족수가 적을수록 고추장찌개, 구이나 조림, 샐러드를 즐겨 먹는 경향이였다. 위의 결과를 볼때 한국가정의 생활양식이 많이 변모되었어도 한국가정의 일상식은 여전히 밥과 반찬의 일상식구조가 계속되고 있음을 알 수 있었다.

참 고 문 헌

1. 윤서석, 한국의 전래생활, 수학사, 1983, p. 23~24.
2. 세계백과사전, 편집위원회, 대세계백과사전사 회편, 태극출판사, 1970.
3. 식품과 위생, 1985년 3월호, p.128.
4. 이현옥, 한국성인 여자의 식품기호와 식품섭취량에 관한 연구, 대한가정학회지 22(4), 1984
5. 이정주, 서울지역을 대상으로한 식습관의 변화에 관한 연구, 중대석사논문, 1985.6.
6. 모수미, 한국여성의 식습관과 영양문제에 관한 연구, 아세아 여성연구 8, 1969.
7. 모수미, 식습관과 식생활개선, 식품과 영양지, 4(1), 23, 1983.
8. 김화영, 대학생의 영양지식과 식습관에 관한 조사연구, 한국영양학회지, 17(3), 1984.
9. 임현숙, 취학전 아동의 식품기호와 식습관 조사연구, 한국영양학회지, 9(1), 60, 1976.
10. 이영미, 지역, 연령, 성별에 따른 한국인의 섭식태도 및 기호도에 대한 실태조사, 연대석사논문, 1981.
11. 김명희, 고등학생의 식품기호와 인생에 관한 조사연구, 이대석사논문, 1983.
12. 정영진, 대학생의 음식기호조사, 영양학회지, 17(1) : 10, 1984.
13. 안숙자, 대전지역 중학생 도시락의 영양실태 및 기호에 대한 조사 연구, 대한가정학회지 13(3):11, 1975.
14. 조여원, 도시남여 중고등학생의 식생활에 관한 연구—특히, 식습관, 기호 및 영양상태를 중심으로, 경희대 석사논문, 1974.
15. 윤서석, 한국식품사연구, 신광출판사, 1985 p.21.
16. 임국이, 중도시 주부들의 식품 및 영양에 대한 의식조사, 대한가정학회지, 22(1), 1984, p.118.
17. 石毛直道, 食事パターンの考現學, 1972. pp. 165~180.
18. 厚生省公衆衛生局營養課編, 國民營養の現狀, 昭和 54년 國民營養調査成績, 第一出版 東京, 1981. p.151.
19. 유영상, 식생활 관리 실태에 관한 연구, 대한가정학회지, 18(1), 1980, pp.53~66.