

대구시내 중학생들의 식습관 및 기호에 관한 조사 연구

이원희*·김미향·한재숙

영남대학교 가정대학 가정관리학과

*제일여자중학교

A Study on the Food habits and Tastes of the Middle School Students in Taegu

Mi-Hyang Kim · Jae-Sook Han and *Won-Hi Lee

Dept. of Home Management, Yeung Nam University, Kyungsan, 713-800, Korea

**Jae Il girl's Middle School*

Abstract

To evaluate the food habits of middle school students a survey was made by the method of questionnaire on 820 middle school students consisted of 370 boys and 450 girls in Taegu city area.

The results obtained are summarized as follows; Cookies, fruits, fruit juice and ice cream are their favorite eatings between meals in the decreasing order. And the eatings between meals are more frequent in girls and in the students from financially better homes and from the parents of higher education. More than half of the students have regular or irregular intake of additional vitamin tablets while about 22 percents of them skip their breakfast almost everyday. About 24% of the students hardly pay attention to the relationship between their nutritional condition and their meals. More than seventy percents of the students are taking the instant foods as one of their favorite dishes. The food intake score showed large variation(0~14). In general the girls marked higher score than the boys. The students from financially better homes and the students from the parents of higher education marked higher scores. From the 5 scale preference test it was shown that fruits are the most favored eatings of the students while the fish and crab scored the lowest mark.

서 론

식습관은 어느 집단의 구성원이 향유하는 식생활의 방식과 내용을 포함하며¹⁾, 이것은 섭취영양을 결정하고 결과적으로 개 개인의 건강상태에 영향을 미친다. 특히 신체적 발달이 왕성한 시기인 청소년기의 영양은 일생의 건강을 지배하며 지적, 사회적, 정신적 발달에도 크게 관여한다고 한다.²⁾ 이러한 영

양상태를 좌우하는 식습관이나 기호는 유아기와 학동기에 형성되어 청소년기에 거의 결정되어져 그 이후의 식습관에 많은 영향을 준다. 따라서 청소년기에 있어서 균형잡힌 식사를 통한 영양섭취는 일생의 건강에 기초가 되므로 국민보건의 견지에서 매우 중요하다 하겠다.

특히 여자 중학생은 외모를 의식하여 특정 식품을 기피하거나 필요한 식품을 충분히 섭취하지 않

는 경향이 있으며, 또한 요즈음은 과열된 학습분위기로 인하여, 불규칙적인 식사, 빈약한 아침식사, 부적당한 간식 등으로 중학생의 식생활에 여러 가지 문제점이 지적되고 있다.³⁾ 그리고 사춘기 소녀의 경우 체위의 향상에도 불구하고 잠재적인 불건강한 상태를 나타내는 소위 사춘기 빈혈이 많다고 한다.

4-5)

한편 개인의 식습관이나 식생활은 문화, 경제, 종교, 습관, 교육정도, 연령, 직업, 가족구성, 사회경제적 수준, 영양상태, 주거형태 및 식품에 대한 정보 등 복잡한 여러 가지 인자에 의해 형성된다고 한다.

6-7)

식습관 및 기호에 관한 연구는 일찌기 1960년대

에 Barnes,⁸⁾ Young,⁹⁾ Schorr¹⁰⁾ 등에 의해 행하여졌으며 그 후 이에 관한 연구가 활발히 보고 되고 있다.¹¹⁻¹⁵⁾ 그러나 국내의 연구로서는 영양상태를 중심으로 조사한 보고는 비교적 많은 편이지만 식습관이나 기호에 관한 것은 유아,¹⁶⁻¹⁷⁾ 국민학생,¹⁸⁻¹⁹⁾ 대학생,²⁰⁾ 주부²¹⁾를 대상으로 한 연구가 몇 편 있을 뿐 식습관이 거의 완성되는 시기인 중학교 학생을 대상으로 한 연구 보고는 극히 드문 실정이다.

이에 본 연구는 중학교 학생을 대상으로 식습관의 제요인을 분석하고 식품에 대한 기호를 조사함으로써 올바른 식습관 형성을 위한 기초자료에 보탬이 되고자 한다.

Table 1. Food items for preference study

Food description	Food and description	Food description
<u>Meat and Meat products</u>	Squash	<u>Eggs, Milk and Milk products</u>
Beef	Watercress	Butter
Ham	Bracken	Milk
Chicken	Tomato	Egg
Sasage	Radish	Yoghurt
Pork	Eggplant	Cheese
Bacon	Cabbage	Ice-cream
<u>Fishes and Shellfish</u>	Carrot	<u>Fruits</u>
Hairtail	Spinach	Apple
Crab	Cucumber	Melon
Shrimp	Garland chrysanthomum	Strawberry
Ark-shell	Root of bellflower	Grape
Mackerel	Shepherd's purse	Water melon
Top-shell	Garlic	Peach
Shellfish	Lotus root	Pear
Alaska pollack	Chinese cabbage	<u>Potatoes</u>
Mackerel pike	Onion	Potatoes
Flounder	Lettuce	Sweet potatoes
<u>Legumes and Legumes products</u>	Green onion	<u>Oil and Fats</u>
Soybean curd	Wild sesame leaf	Margarine
Kidney bean	Burdock	Sesame oil
Peas	<u>Cereals and Grain products</u>	<u>Beverages</u>
Soybean paste	Boiled rice	Cola
Soybean sprout	Bread	Oran-C
Peanut	Rice cakes	Cider carbonated
Fried soybean curd	Noodle	Fanta
Vegetables	Instant noodle	

연구 방법

조사대상 및 기간

1986년 9월 29일부터 10월 6일까지 대구시내 동·서구의 남·녀 중학생을 대상으로 하였다.

조사방법 및 자료의 처리

본 연구는 질문지 조사법을 사용하였고, 그 내용은 일반적 환경조사, 식습관에 관한 조사, 기호도에 관한 조사로 나누어 문항을 작성하였다. 식습관에 관해서는 간식상황 4문항, 아침식사상황 3문항, 영양에 대한 관심 2문항, 인스턴트식품의 이용상황 2문항과 식품섭취 상태진단을 위한 1개의 문항을 포함하였다. 식품섭취 상태진단은 예 : 2점, 때때로 : 1점, 아니오 : 0점을 주어 총14점을 만점으로 득점화하여 0~2점을 very poor, 3~5점을 poor, 6~8점을 fair, 9~11점을 good, 12점 이상을 excellent로 하여

점수가 높을수록 식품섭취 상태가 양호한 것으로 해석하였다. 기호도 조사는 한국인 영양권장량의 주요 식품을 이용하여 선정한 식품 70종류(표1)에 대해 대단히 좋아한다 5점, 좋아한다 4점, 좋아하지도 싫어하지도 않는다 3점, 싫어한다 2점, 대단히 싫어한다 1점의 5단계척도법²⁾을 사용하였다.

결과 및 고찰

조사대상자의 일반적 상황

조사대상자의 일반적 상황은 표 2-1, 2-2와 같다.

신체충실지수(Rohrer 지수)는 남자보다 여자가 높게 나타나 박²⁾의 조사와 같았다. 이는 중학교 시절에는 남자보다 여자가 신장에 비해 체중증가가

Table 2-1. General characteristics of the subjects

Groups	N(%)	Groups	N(%)
<u>Sex</u>		<u>Mother's educational level</u>	
Male	267(43.9)	Elementary School	188(30.9)
Female	341(56.1)	Middle School	212(34.9)
<u>Age</u>		High School	155(25.5)
12	38(6.3)	Junior College over	34(5.6)
13	218(35.9)	Others	19(3.1)
14	328(53.9)	<u>Mother's Job</u>	
15	24(3.9)	Yes	242(39.8)
<u>Monthly income(10,000Won)</u>		No	366(60.2)
20under	63(10.4)	Total	608(100)
20over~40under	243(40.0)		
40over~60under	211(34.7)		
60over~80under	57(9.4)		
80over	34(5.6)		

Table 2-2. Body height, Body weight and Röher's index of the subjects

Sex	Body height (cm)	Body weight (kg)	Röher index
Male	157.39±9.83	45.23±8.54	1.15±0.12
Female	154.79±5.92	43.46±6.71	1.16±0.12
Mean	155.93±9.97	44.24±7.61	1.16±0.12

$$\text{Rohrer 지수}^{2)} = \frac{\text{체중(kg)}}{\text{키(cm)}^3} \times 10^5$$

더 크다는 것을 알 수 있다.

식습관조사

간식상황 : 20가지 간식에 대한 조사결과를 표 3-1과 같다.

과자류가 18.9%로 가장 많았고, 다음이 과일·과즙 11.3%, 아이스크림 11.2%, 우유·요구르트 10.

8%로서 주로 전분질 식품, vitamin C 및 단백질의 급원식품으로 이²⁵⁾의 조사 결과인 과일, 과즙, 빵, 샌드위치의 순이나 류²⁶⁾의 과일, 우유, 요구르트의 순서와는 다소 차이가 있었다.

하루 간식비는 표 3-2에서 나타난 바와 같이 100원 이상 200원미만이 34.4%, 200원 이상 300원미만이 28.3%로서 75.5%가 300원미만이였다. 가정의 월수

Table 3-1. Preference of snacks

Kinds of snacks	N(%)	Kinds of snacks	N(%)
1. Cookies	346(18.9)	11. Soft drink	47(2.6)
2. Fruits · Fruit juice	207(11.3)	12. Egg	41(2.2)
3. Ice Cream	206(11.2)	13. Hot dog	37(2.0)
4. Milk · Yoghurt	197(10.8)	14. Fish Sausage	26(1.4)
5. Bread · Sandwich	176(9.6)	15. Baked chestnuts · Baked sweet potato	23(1.3)
6. Dukkokki(Cooked rice cake)	148(8.1)	16. Wheat flour cake	23(1.3)
7. Noodle · Instant noodle	93(5.1)	17. Coffee	14(0.8)
8. Candies · Chocolate	65(3.5)	18. Black tea	3(0.2)
9. File fish	55(3.0)	19. Others	20(1.1)
10. Deep fried foods	50(2.7)		

Note : The number is the frequency of choosing the item when the subjects are asked to choose 3 items out of 20 items

Table 3-2. Average allowance for snacks a day

(won)

Groups		100	100over	200over	300over	400over	500	Total	
		under	200under	300under	400under	500under	over		
		N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	
Sex	Male	36(13.5)	94(35.2)	79(29.6)	17(6.4)	19(7.1)	22(8.2)	267(100)	$\chi^2=3.10$
	Female	42(12.3)	115(33.7)	93(27.3)	34(10.0)	28(8.2)	29(8.5)	341(100)	n.s.
Monthly income (10,000 WON)	20under	19(30.2)	22(34.91)	13(20.6)	2(3.2)	2(3.2)	5(7.9)	63(100)	$\chi^2=112.55$
	20over~40under	33(13.6)	100(41.2)	29(32.5)	13(5.3)	9(3.7)	9(3.7)	243(100)	$p<0.001$
	40over~60under	20(9.5)	69(32.7)	62(29.4)	25(11.8)	19(9.0)	16(7.6)	211(100)	
	60over~80under	3(5.3)	14(24.6)	14(24.6)	8(14.0)	10(17.5)	8(14.0)	57(100)	
	80over	3(8.8)	4(11.8)	4(26.3)	3(8.8)	7(20.6)	13(38.2)	34(100)	
Mother's educational level	Elementary school	30(16.0)	77(41.0)	53(28.2)	12(6.4)	8(4.3)	8(4.3)	188(100)	$\chi^2=36.27$
	Middle school	28(13.2)	73(34.4)	62(29.2)	15(7.1)	16(7.5)	18(8.5)	212(100)	$(P<0.05)$
	High school	16(10.3)	41(26.5)	43(27.7)	20(12.9)	19(12.3)	16(10.3)	155(100)	
	Junior college over	2(5.9)	10(29.4)	9(26.5)	3(8.8)	2(5.9)	8(23.5)	34(100)	
	Others	2(10.5)	8(42.1)	5(26.3)	1(5.3)	2(10.5)	1(5.3)	19(100)	
Mother's Job	Yes	40(16.5)	81(33.5)	74(30.6)	15(6.2)	14(5.8)	18(7.4)	242(100)	$\chi^2=9.83$
	No	38(10.4)	128(35.0)	98(26.8)	36(9.8)	33(9.0)	33(9.0)	316(100)	n.s.
Total		78(12.8)	209(34.4)	172(28.3)	51(8.4)	47(7.7)	51(8.4)	608(100)	

입이 20만원미만인 경우는 하루 평균 간식비가 100 원이상 200원미만이 34.9%인 반면에 월수입이 80만 원이상인 경우는 11.8%로 나타났다. 가정의 월수입이 20만원미만인 경우에는 200원이상 300원미만이 20.6%였으나 80만원이상인 경우에는 26.3%였으므로 가계의 월수입이 많을수록 하루 평균 간식 비용이 많다고 할 수 있다($P<.001$). 또한 어머니의 학력이 높을수록 중학생의 하루 평균 간식 비용도 많았다($P<.05$).

간식횟수는 표 3-3과 같이 하루 2번이 38.0%로 가장 많았으며, 이것은 성별($P<.001$), 가정의 월수입($P<.01$), 어머니의 학력($P<.01$), 어머니의 직업유무($P<.01$)에 따라 유의한 차이를 보였다. 여자가 남자보다 가정의 월수입과 어머니의 학력이 높을수록, 어머니가 직업을 가지지 않은 쪽이 간식횟수가 많음을 알 수 있었다. 대체로 어머니의 학력이 높을수록 수입이 많았으며 1인당 월 식생활비도 증가한다는 것을 볼 때 학력과 월수입이 높을수록 생활의 여유가 있다고 볼 수 있으며 생활의 여유는 곧 자녀의 간식비와 간식횟수에 영향을 미친다고 본다.

표 3-4는 간식하는 장소에 관한 조사결과로 집

에서 먹는 경우가 59.7%로 가장 많았으며 학교의 매점이 20.9%로서 거의가 건전한 장소에서 간식이 행해지는 것으로 나타났다. 변인별로는 성별($P<.05$), 가정의 월수입($P<.05$)에 따라 유의한 차이를 보이고 있다.

아침 식사의 결식율에 관한 조사결과는 표 4-1과 같다. 전혀 먹지 않는다. 3.5%, 가끔 먹는다 18.3%를 합친 아침식사 결식율은 21.8%로 荒井⁵⁾의 사춘기 여자를 대상으로 한 보고의 19.8%와 園田⁶⁾의 중학생을 대상으로 조사한 3%, 日本文部省調査²⁷⁾의 중학생의 결식율 12.3%보다 높아 아침 식사와 관련하여 식습관에 약간의 문제점을 지적할 수 있으므로 성장기 중학생의 아침 식사에 대해 식사 담당자의 관심이 필요하다고 하겠다. 변인별로는 어머니의 학력($P<.001$), 어머니의 직업유무($P<.05$)에 따라 유의한 차이를 보이고 있으며, 어머니가 직업을 가지지 않은 쪽이 결식율이 적었다.

표 4-2는 아침 식사를 못하는 이유에 관한 것으로 먹기 싫어서가 30.9%로 가장 많았으나 荒停⁵⁾ 川節²⁸⁾ 등의 보고에서는 시간이 없어서가 가장 높은 빈도를 나타내고 있어 생활환경에 따른 차이는 아

Table 3-3. Frequency of having snacks per day

Group		Once	Twice	3times	4times	5times	None	Total	
		N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	
Sex	Male	129(48.3)	86(32.3)	33(12.4)	6(2.2)	3(1.1)	10(3.7)	267(100)	$\chi^2=73.12$ df=20 $P<0.001$
	Female	64(18.8)	145(42.5)	85(24.9)	17(5.0)	23(6.7)	7(2.1)	341(100)	
Monthly income (10,000 WON)	20under	33(52.4)	19(30.2)	4(6.3)	1(1.6)	0(0.0)	6(9.5)	63(100)	$\chi^2=95.37$ df=20 $P<0.001$
	20over~40under	97(39.9)	95(29.1)	35(14.4)	2(0.8)	7(2.9)	7(2.9)	234(100)	
	40over~60under	48(22.7)	88(41.7)	50(23.7)	13(6.2)	10(4.7)	2(0.9)	211(100)	
	60over~80under	8(14.0)	21(36.8)	8(31.6)	6(10.5)	3(5.3)	1(1.8)	57(100)	
	80over	7(20.6)	8(23.5)	11(32.4)	1(2.7)	6(17.6)	1(2.9)	34(100)	
Mother's educational level	Elementary school	80(42.6)	76(40.4)	16(8.5)	5(2.7)	2(1.1)	9(4.8)	188(100)	$\chi^2=64.78$ df=20 $P<0.001$
	Middle school	64(30.2)	85(40.1)	42(19.8)	6(2.8)	8(3.8)	7(3.3)	212(100)	
	High school	37(23.9)	54(34.8)	43(27.7)	8(5.2)	12(7.7)	1(0.6)	155(100)	
	Junior college over	5(14.7)	9(26.5)	13(38.2)	4(11.8)	3(8.8)	0(0.0)	34(100)	
	Others	7(36.8)	7(36.8)	4(21.1)	0(0.0)	1(5.3)	0(0.0)	19(100)	
Mother's Job	Yes	88(36.4)	89(36.8)	38(15.7)	10(4.1)	4(1.7)	13(5.4)	242(100)	$\chi^2=21.84$ df=5
	No	105(28.7)	142(38.8)	80(21.9)	13(3.6)	22(6.0)	4(1.1)	366(100)	
Total		193(31.7)	231(38.0)	118(19.4)	23(3.8)	26(4.3)	17(2.8)	608(100)	

닐까 생각한다. 유의성 검증결과 어머니의 직업유무 침밥이 늦어서 먹지 못하는 경우는 어머니가 직장 (P<.05)에 따라 유의한 차이를 보이고 있으며 아 을 가지자 않은 쪽이 오히려 더 높았다.

Table 3-4. The favorite snack eating place

Groups		Home	School cafeteria	Class -room	Cafet-eria	Super- -market	Other	Total	
		N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	
Sex	Male	153(57.3)	51(19.1)	2(0.7)	17(6.4)	36(13.5)	8(3.0)	267(100)	$\chi^2=13.02$ df=5 P<0.05
	Female	210(61.6)	79(23.2)	0(0.0)	24(7.0)	22(6.5)	6(1.8)	341(100)	
Monthly income (10,000 WON)	20under	35(55.6)	16(25.4)	1(1.6)	3(4.8)	5(7.9)	3(4.8)	63(100)	$\chi^2=34.19$ df=20 P<0.05
	20over~40under	131(53.8)	56(23.0)	0(0.0)	15(6.2)	32(13.2)	9(3.7)	243(100)	
	40over~60under	134(63.5)	41(19.4)	0(0.0)	16(7.6)	18(8.5)	2(0.9)	211(100)	
	60over~80under	39(68.4)	13(22.8)	0(0.0)	4(7.0)	1(1.8)	0(0.0)	57(100)	
	80over	24(70.6)	4(11.8)	1(2.9)	3(8.8)	2(5.9)	0(0.0)	34(100)	
Mother's educational level	Elementary school	109(58.0)	34(18.1)	1(0.5)	13(6.9)	24(12.8)	7(3.7)	188(100)	$\chi^2=30.46$ df=20 n.s.
	Middle school	123(58.0)	52(24.5)	0(0.0)	13(6.1)	20(9.4)	4(1.9)	212(100)	
	High school	101(65.2)	29(18.7)	1(0.6)	11(7.1)	12(7.7)	1(0.6)	155(100)	
	Junior college over	23(67.0)	6(17.6)	0(0.0)	4(11.8)	1(2.9)	0(0.0)	34(100)	
	Others	7(36.8)	9(47.4)	0(0.0)	0(0.0)	1(5.3)	2(10.5)	19(100)	
Mother's Job	Yes	129(53.3)	60(24.8)	1(0.4)	18(7.4)	26(10.7)	8(3.3)	242(100)	$\chi^2=10.2$ df=9
	No	234(63.7)	70(19.1)	1(0.3)	23(6.3)	32(8.7)	6(1.6)	366(100)	
Total		363(59.7)	130(21.4)	2(0.3)	41(0.7)	58(9.5)	14(2.3)	608(100)	

Table 4-1. Frequency missing the of breakfast

Group		Everyday	Often	Sometimes	None	Total	
		N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	
Sex	Male	189(70.8)	31(11.6)	40(15.0)	7(2.6)	267(100)	$\chi^2=5.64$ df=3 n.s.
	Female	212(62.2)	44(12.9)	41(20.8)	14(4.1)	341(100)	
Monthly income (10,000 WON)	20under	45(71.4)	4(6.3)	13(20.6)	1(1.6)	63(100)	$\chi^2=11.15$ df=12 n.s.
	20over~40under	162(66.7)	36(14.8)	39(16.0)	6(2.5)	243(100)	
	40over~60under	130(61.6)	26(12.3)	44(20.9)	11(5.2)	211(100)	
	60over~80under	42(73.7)	5(8.8)	9(15.8)	1(1.8)	57(100)	
	80over	22(64.7)	4(11.8)	6(17.6)	2(5.9)	34(100)	
Mother's educational level	Elementary school	136(72.3)	28(14.9)	19(10.1)	5(2.7)	188(100)	$\chi^2=38.13$ df=12 P<0.001
	Middle school	137(64.6)	27(12.7)	44(20.8)	4(1.9)	212(100)	
	High school	92(59.4)	15(9.7)	36(23.2)	12(7.7)	155(100)	
	Junior college over	27(79.4)	1(2.9)	6(17.6)	0(0.0)	34(100)	
	Others	9(47.4)	4(21.1)	6(31.6)	0(0.0)	19(100)	
Mother's Job	Yes	142(58.7)	37(15.3)	54(22.3)	9(3.7)	242(100)	$\chi^2=9.77$ df=3
	No	259(70.8)	38(10.4)	57(15.6)	12(3.3)	366(100)	
Total		401(66.0)	75(12.3)	111(18.3)	21(3.5)	608(100)	

Table 4-2. The Reasons for missing breakfast

Groups		No appetite	No time for breakfast	Being served late for breakfast	Don't like to have breakfast	favorite side dishes are missing	Others	Total	
		N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	
Sex	Male	19(23.5)	16(19.8)	7(8.6)	26(32.11)	8(9.9)	5(6.2)	81(100)	$\chi^2=5.36$ df=5 n.s.
	Female	41(32.5)	26(20.6)	13(7.9)	38(30.2)	4(3.2)	7(5.6)	126(100)	
Monthly income (10,000 WON)	20under	2(11.8)	4(23.5)	5(29.4)	3(17.6)	2(11.8)	1(5.9)	17(100)	$\chi^2=29.84$ df=20
	20over~40under	19(22.4)	19(22.4)	8(9.4)	26(30.6)	6(7.1)	7(8.2)	85(100)	
	40over~60under	29(36.7)	14(17.7)	4(5.1)	25(31.6)	4(5.1)	3(3.8)	79(100)	n.s.
	60over~80under	8(53.3)	2(13.3)	0(0.0)	4(26.7)	0(0.0)	1(6.7)	15(100)	
	80over	2(18.2)	3(27.3)	0(0.0)	0(54.5)	0(0.0)	0(0.0)	11(110)	
Mother's educational level	Elementary school	12(22.6)	8(15.1)	1(17.0)	6(11.3)	5(9.4)	53(100)	$\chi^2=29.99$ df=20	
	Middle school	23(30.7)	17(22.7)	5(6.7)	20(26.7)	6(8.0)	75(100)		
	High school	20(32.3)	14(22.6)	1(1.6)	24(38.7)	0(0.0)	62(100)	n.s.	
	Junior college over	4(57.1)	1(14.3)	0(0.0)	2(28.6)	0(0.0)	7(100)		
	Others	1(10.0)	2(20.0)	2(20.0)	5(50.0)	0(0.0)	10(100)		
Mother's Job	Yes	17(17.0)	23(23.0)	10(10.0)	37(37.0)	6(6.0)	7(7.0)	100(100)	$\chi^2=13.85$ df=5 P<0.05
	No	43(40.2)	19(17.8)	7(6.5)	27(25.2)	6(5.6)	5(4.7)	107(100)	
Total		60(29.0)	42(20.3)	17(8.2)	64(30.9)	12(5.8)	12(5.8)	207(100)	

Notice : Above number shows the frequency and percentage after subtracting the number of subjects taking breakfast everyday from the total number of subjects of having breakfast everyday

표 4-3은 아침 식사형태에 관한 조사 결과이다. 밥을 먹는 가정은 94.2%이며 빵을 먹는 가정은 3.9%로 밥위주의 식사형태임을 알 수 있다. 장²⁹⁾의 영동지역에 대한 연구에서는 아침 식사를 밥으로 하는 비율이 93.2%로 비슷한 결과이나 류²⁶⁾의 서울 지역 조사에서는 63.7%로 매우 다른 결과를 보여 지역간의 식습관에는 상당한 차이가 있다는 것을 알 수 있었다. 이러한 결과는 가족의 월수입(P<.001)에서만 유의한 차이를 보였다.

영양에 대한 관심 : 표 5-1은 영양제 복용의 유무에 대한 조사결과로서 영양제를 복용한 적이 있다고 복용하고 있다는 답한 비율은 50.5%로 荒井⁵⁾의 조사결과보다 높게 나타났다.

이러한 결과는 남녀(P<.001), 가정의 월수입(P<.001), 어머니의 학력(P<.001)에 따라 유의차가 있

었다. 남자보다 여자가, 가정의 수입과 어머니의 학력이 높은 쪽이 영양제를 더 많이 복용하고 있었다.

표 5-2는 식사시에 영양을 고려하고 있는지에 대하여 조사한 결과이다. 식사시에 영양을 전혀 고려하지 않는 경우도 24.0%였다. 장²⁹⁾, 안³⁰⁾등의 주부의 식생활문제관리에 관한 연구에서 식품조리시 영양보다 맛을 더 중시한다는 결과보고와 모³¹⁾, 김³²⁾등은 자녀의 식습관에 어머니의 영향이 크다는 결과를 보면 주부의 식품조리에 대한 잘못된 인식이 자녀의 식습관에 영향을 준 것은 아닐까 생각한다. 유의성 검증결과 성별(P<.01), 가정의 월수입(P<.01), 어머니의 학력(P<.01)에 따라 유의한 차이가 없었으며 남자보다 여자쪽이, 가정의 월수입이 많을수록, 어머니의 학력이 높을수록 영양을 고려하여 식사를 하고 있는 것으로 나타났다.

Table 4-3. Kinds of breakfast

Groups		Boiled rice	Bread and Milk	Bread	Noodle	Instant Noodle	Milk	Others	Total	
		N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	
Sex	Male	247(95.0)	5(1.9)	2(0.8)	1(0.4)	1(0.4)	2(0.8)	2(0.8)	260(100)	$\chi^2=10.20$ df=6
	Female	306(93.6)	16(4.9)	0(0.0)	0(0.0)	1(0.3)	4(1.2)	0(0.0)	327(100)	
Monthly income (10,000 WON)	20under	60(96.8)	1(1.6)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	1(1.6)	62(100)	$\chi^2=51.94$ df=24 P<0.001
	20over~40under	230(97.0)	2(9.8)	1(0.4)	0(0.0)	1(0.4)	2(0.8)	1(0.4)	237(100)	
	40over~60under	188(94.0)	10(5.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	2(1.0)	0(0.0)	200(100)	
	60over~80under	49(87.5)	5(8.9)	0(0.0)	0(0.0)	1(1.8)	1(1.8)	0(0.0)	56(100)	
	80over	26(81.3)	3(9.4)	1(3.1)	1(3.1)	0(0.0)	1(3.1)	0(0.0)	32(100)	
Mother's educational level	Elementary school	175(95.6)	2(1.1)	0(0.0)	1(0.5)	2(1.1)	1(0.5)	2(1.1)	183(100)	$\chi^2=31.78$ df=24 n.s.
	Middle school	197(94.7)	7(3.4)	1(0.5)	0(0.0)	0(0.0)	3(1.4)	0(0.0)	208(100)	
	High school	134(93.7)	7(4.9)	1(0.7)	0(0.0)	0(0.0)	1(0.7)	0(0.0)	143(100)	
	Junior college over	28(82.4)	5(14.7)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	1(2.9)	0(0.0)	34(100)	
	Others	19(100.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	19(100)	
Mother's Job	Yes	221(94.8)	7(3.0)	1(0.4)	0(0.0)	2(0.9)	0(0.0)	2(0.9)	233(100)	$\chi^2=11.14$ df=6
	No	332(93.8)	14(4.0)	1(0.3)	1(0.3)	0(0.0)	6(1.7)	0(0.0)	354(100)	
Total		553(94.2)	21(3.6)	2(0.3)	1(0.2)	2(0.3)	6(1.0)	2(0.3)	587(100)	

Note : Above shows percentage except that of no breakfast

Table 5-1. Taking of nutrition pills

Groups		Yes	Once	No	Total	
		N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	
Sex	Male	34(12.7)	77(28.8)	156(58.4)	267(100)	$\chi^2=15.36$ df=2 P<0.001
	Female	55(16.1)	14(41.3)	145(42.5)	341(100)	
Monthly income (10,000 WON)	20under	6(9.5)	20(31.7)	37(58.7)	63(100)	$\chi^2=34.65$ df=8 P<0.001
	20over~40under	20(8.2)	76(31.3)	147(60.5)	243(100)	
	40over~60under	43(20.4)	87(41.2)	81(38.4)	211(100)	
	60over~80under	14(24.6)	22(38.6)	21(36.8)	57(100)	
	80over	6(17.6)	13(38.2)	15(44.1)	34(100)	
Mother's educational level	Elementary school	14(7.4)	62(33.0)	112(59.6)	188(100)	$\chi^2=53.41$ df=8 P<0.001
	Middle school	31(14.6)	60(28.3)	121(57.1)	212(100)	
	High school	32(20.6)	71(45.8)	52(33.5)	155(100)	
	Junior college over	12(35.3)	15(44.1)	7(20.6)	34(100)	
	Others	0(0.0)	10(52.6)	9(47.4)	19(100)	
Mother's Job	Yes	38(14.5)	79(30.2)	144(55.3)	262(100)	
	No	51(14.7)	139(40.2)	156(45.1)	346(100)	
Total		89(14.9)	218(35.9)	301(49.5)	608(100)	

Table 5-2. Consideration for nutrition at meals

Groups		much	less	none	Total	
		N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	
Sex	Male	29(10.9)	157(58.8)	81(30.3)	267(100)	$\chi^2=11.42$ df=2 P<0.01
	Female	34(10.0)	242(71.0)	65(19.1)	341(100)	
Monthly income (10,000 WON)	20under	5(7.9)	41(65.1)	17(27.0)	63(100)	$\chi^2=21.24$ df=8 P<0.01
	20over~40under	12(5.8)	158(65.0)	71(29.2)	243(100)	
	40over~60under	27(12.8)	141(66.8)	43(20.4)	211(100)	
	60over~80under	9(15.8)	40(70.2)	8(14.0)	57(100)	
	80over	8(23.5)	19(55.9)	7(20.6)	34(100)	
Mother's educational level	Elementary school	17(9.0)	120(63.8)	51(27.1)	188(100)	$\chi^2=30.88$ df=8 P<0.001
	Middle school	16(7.5)	147(69.3)	49(23.1)	212(100)	
	High school	22(14.2)	105(67.7)	28(18.1)	155(100)	
	Junior college over	8(23.5)	20(58.8)	6(17.6)	34(100)	
	Others	0(0.0)	7(1.2)	12(2.0)	19(100)	
Mother's Job	Yes	24(9.9)	154(63.6)	64(26.4)	242(100)	$\chi^2=1.31$ df=2 n.s.
	No	39(10.7)	245(66.9)	82(22.4)	366(100)	
Total		63(10.4)	399(65.6)	146(24.0)	608(100)	

Table 6-1. Frequency of instant foods

Group		Often	Sometimes	Few	None	Total	
		N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	
Sex	Male	72(27.0)	159(59.6)	27(10.1)	9(3.4)	267(100)	$\chi^2=0.89$ df=3 n.s.
	Female	86(25.2)	211(61.9)	36(10.6)	8(2.3)	341(100)	
Monthly income (10,000 WON)	20under	10(15.9)	37(58.7)	11(17.5)	5(7.9)	63(100.0)	$\chi^2=31.39$ df=12 P<0.01
	20over~40under	51(21.0)	150(61.7)	32(13.2)	10(4.1)	243(100)	
	40over~60under	66(31.3)	129(61.1)	14(6.6)	2(0.9)	211(100)	
	60over~80under	20(35.1)	34(59.6)	3(5.3)	0(0.0)	57(100)	
	80over	11(32.4)	20(58.8)	3(8.8)	0(0.0)	34(100)	
Mother's educational level	Elementary school	38(20.2)	112(59.6)	27(14.4)	11(5.9)	188(100)	$\chi^2=31.46$ df=12 P<0.01
	Middle school	61(28.8)	127(59.9)	22(10.4)	2(0.9)	212(100)	
	High school	43(27.7)	103(66.5)	7(4.5)	2(1.3)	155(100)	
	Junior college over	12(35.3)	29(55.9)	3(8.8)	0(0.0)	34(100)	
	Others	4(21.1)	9(47.4)	4(2.1)	2(10.5)	19(100)	
Mother's Job	Yes	52(21.5)	154(63.6)	26(10.7)	10(4.1)	242(100)	$\chi^2=6.26$ df=3 n.s.
	No	106(29.0)	216(59.0)	37(10.1)	7(1.9)	366(100)	
Total		158(26.0)	370(60.9)	63(10.4)	17(2.8)	608(100)	

인스턴트식품의 이용 : 岡部³³⁾는 인스턴트식품이란 「가공 처리함으로써 간단한 조작으로 먹을 수 있도록 한 식품」으로 정의하여 통조림, 냉동식품, 건조식품, 농축식품도 포함하지만 山口,³⁴⁾ Bender,³⁵⁾ 木原³⁶⁾ 등은 인스턴트식품을 좁은 의미로 생각하여 냉동식품을 포함하지 않고 소위 즉석식품에 한하고 있다. 본 조사에서는 중학생을 대상으로 하였으므로 좁은 의미의 인스턴트식품에 대한 이용정도를 조사하였다.

중학생의 인스턴트식품 이용현황은 표 6-1과 같다. 전혀 먹지 않는다는 2.8% 뿐으로 대부분의 중학생들은 인스턴트식품을 이용하고 있었다. 변인별로는 가정의 월수입($P < .01$), 어머니의 학력($P < .01$)에 따라 유의한 차이가 있었다. 가정의 월수입과 어머니의 학력이 높은 쪽이 인스턴트식품을 더 많이 이용하는 경향이였다.

표 6-2는 인스턴트식품에 대한 기호를 나타낸 것이다. 좋아하는 경우가 72.9%로 상당수가 좋아하

는 기호경향이었다. 국민 소득의 증가와 더불어 식생활이 향상되면서 인스턴트식품도 그 이용이 많아지고 있으며 또한 본 조사 결과에서도 거의가 이용할만큼 좋아하는 기호경향이었으나 鈴木³⁷⁾ 등은 인스턴트식품의 빈번한 섭취는 낮은 영양소 함량과 첨가물의 영향으로 건강상태에 좋지 못한 영양을 끼친다고 보고하였으므로 인스턴트식품에 대한 영양학적인 재교육이 요망된다고 하겠다.

식품섭취 내용 : 식품섭취 내용에 관한 조사결과는 표 7과 같으며 식품섭취 내용점수는 평균 8.3으로 양호한 편이었다.

집단별 χ^2 검증결과 성별($P < .001$), 가정의 월수입($P < .001$), 어머니의 학력($P < .001$), 어머니의 직업유무($P < .001$)별로 모두 유의차가 있었다. 남자보다 여자의 점수가 높았으므로 여자가 식품섭취 내용이 양호하다고 할 수 있다. 이는 식사시 영양에 관한 고려에서도 여자가 높게 나타난 것과 관계가 있다고 생각한다. 또한 가정의 월수입과 어머니의 학력

Table 6-2. Preference for instant food

Groups	Like very much	Like a little	So and so	Dislike a little	Dislike very much	Total		
	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)		
Sex	Male	67(26.2)	137(53.5)	44(17.2)	5(2.0)	2(1.2)	256(100)	$\chi^2=15.29$ df=3 P<0.01
	Female	70(21.0)	155(46.5)	88(26.4)	19(5.7)	1(0.3)		
Monthly income (10,000 WON)	20under	16(27.6)	27(46.6)	12(20.7)	2(3.4)	1(1.7)	58(100)	$\chi^2=13.18$ df=16 n.s.
	20over~40under	56(24.2)	106(45.9)	56(24.2)	11(4.8)	2(0.9)	231(100)	
	40over~60under	45(21.5)	110(52.6)	47(22.5)	7(3.3)	0(0.0)	209(100)	
	60over~80under	12(21.1)	34(59.6)	10(17.5)	1(1.8)	0(0.0)	57(100)	
	80over	8(23.5)	15(44.1)	7(20.6)	2(8.8)	1(2.9)	34(100)	
Mother's educational level	Elementary school	43(24.4)	83(47.2)	39(22.2)	11(6.3)	0(0.0)	176(100)	$\chi^2=14.18$ df=16 n.s.
	Middle school	50(23.8)	99(47.1)	52(24.8)	6(2.9)	3(1.4)	210(100)	
	High school	32(21.1)	86(56.6)	30(19.7)	4(2.6)	0(0.0)	152(100)	
	Junior college over	8(23.5)	16(47.1)	7(20.6)	2(5.9)	1(2.9)	34(100)	
	Others	4(23.5)	8(47.1)	4(23.5)	1(5.9)	0(0.0)	17(100)	
Mother's Job	Yes	54(23.5)	106(46.1)	60(26.1)	10(4.3)	0(0.0)	230(100)	$\chi^2=5.84$ df=4 n.s.
	No	83(23.1)	186(51.8)	72(20.1)	14(3.9)	4(1.1)	359(100)	
Total		137(23.3)	292(49.6)	132(32.4)	24(4.1)	4(0.7)	589(100)	

Note : The number shows the frequency and percentage after subtracting the subjects that do not eat instant foods at all from the total number of subjects.

Table 7. Appropriate tenese of food combination

Groups		very poor	poor	fair	good	excellent	Total	
		N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	
Sex	Male	4(1.5)	47(17.6)	120(44.9)	88(3.0)	8(3.0)	267(100)	$\chi^2=67.16$ df=4 P<0.001
	Female	3(0.9)	18(5.3)	97(28.4)	169(49.6)	54(15.8)	341(100)	
Monthly income (10,000 WON)	20under	4(6.3)	14(22.2)	27(42.9)	18(28.6)	0(0.0)	63(100)	$\chi^2=117.16$ df=16 P<0.001
	20over~40under	3(1.2)	42(17.3)	105(43.2)	86(35.4)	7(2.9)	243(100)	
	40over~60under	0(0.0)	6(2.8)	62(29.4)	108(51.2)	35(16.6)	211(100)	
	60over~80under	0(0.0)	3(5.3)	14(24.6)	30(52.6)	10(17.5)	57(100)	
	80over	0(0.0)	0(0.0)	9(26.5)	15(44.1)	10(29.4)	34(100)	
Mother's educational level	Elementary school	3(1.6)	32(17.0)	72(38.3)	75(39.9)	6(3.2)	188(100)	$\chi^2=78.53$ df=16 P<0.001
	Middle school	3(1.4)	23(10.8)	84(39.6)	88(41.5)	14(6.6)	212(100)	
	High school	0(0.0)	5(3.2)	48(31.0)	71(45.8)	31(20.0)	155(100)	
	Junior college over	0(0.0)	0(0.0)	5(14.7)	19(55.9)	10(29.4)	34(100)	
	Others	1(5.3)	5(26.3)	8(42.1)	4(21.1)	1(5.3)	19(100)	
Mother's Job	Yes	4(1.7)	35(14.5)	106(43.8)	82(33.9)	15(6.2)	242(100)	$\chi^2=26.63$ df=4
	No	3(0.8)	30(8.2)	111(30.3)	175(47.8)	47(12.8)	366(100)	
Total		7(1.2)	65(10.7)	217(35.7)	257(42.3)	62(10.2)	688(100)	

이 높을수록 식품섭취 내용점수도 높았다. Eppright³⁸⁾는 학력이 높을수록 균형된 식사를 한다고 보고하였고 Chassy³⁹⁾는 부모의 학력이 높을수록 섭취식품의 범위가 넓다고 했으며 Garn⁴⁰⁾의 어머니의 학력과 가정의 수입이 높을수록 비만의 정도가 크다는 결과와 비슷하였다. 어머니의 직업유무별로는 어머니가 직업을 가지지 않은 쪽이 good group과 excellent group에 속하는 비율이 높았다.

기호도 조사

식품의 기호경향 : 70종류의 식품에 대한 기호 경향은 표 8과 같다. 대단히 좋아한다고 전체 식품의 37.3%이며 대단히 싫어한다는 7.7%로 식품에 대한 수용성이 높았다. 기호도는 식품에 대한 수용성을 예측할 수 있으므로 본 조사 대상자의 식품에 대한 수용성은 크다고 할 수 있다.

식품별 기호도 및 남녀차 : 전체 식품과 10개군에 대한 남녀별 기호도는 표 9과 같다. 식품군별 기호도가 가장 높은 것은 과일류로서 4.6이며 가장 낮은 것은 어패류로 3.5였다.

Table 8. Preference trend for food.

기 호 척 도	%
Very like	37.3
Like	26.0
Neither like nor dislike	20.2
Dislike	8.8
Very dislike	7.7
Total	100

우유에 대한 기호도는 남자 4.5, 여자 4.4로서 남녀 구별 없이 기호도가 높았다. 우유는 칼슘의 급원일 뿐만 아니라 신체적 성장에 많은 영향을 끼치므로 바람직한 현상이었다. 70종류의 식품에 대한 기호도 5단계별 남녀차에서 χ^2 검증을 행한 결과 유의차가 있는 것만을 나타낸 것이 표 9이다. 어린이는 식품 기호에 남녀차가 나타나지 않는다고 했으나 본 조사결과 70종류 중 20가지 식품에 대해 남녀차가 나타났다.

Table 9. Preference test for food—Difference between male and female

		Like very much	Like a little	So and so	Dislike a little	Dislike very much	Total	
		N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	
Boiled rice	Male	103(38.6)	91(34.1)	68(25.5)	5(1.9)	0(0.0)	267(100)	$\chi^2=14.95$ df=4 P<0.01
	Female	94(27.6)	124(36.4)	100(29.3)	19(5.6)	4(5.5)	341(100)	
Apple	Male	170(63.7)	76(28.5)	14(5.2)	4(1.5)	3(1.1)	267(100)	$\chi^2=13.02$ df=4 P<0.05
	Female	258(75.7)	68(19.9)	12(3.5)	3(0.9)	0(0.0)	341(100)	
Kidney bean	Male	46(17.2)	72(27.0)	89(33.3)	32(12.0)	28(10.5)	267(100)	$\chi^2=14.42$ df=4 P<0.01
	Female	55(16.1)	69(20.2)	93(27.3)	66(19.4)	58(17.0)	341(100)	
Beef	Male	131(49.1)	76(28.5)	30(11.2)	12(4.5)	18(6.7)	267(100)	$\chi^2=26.70$ df=4 P<0.001
	Female	105(30.8)	103(30.2)	61(17.9)	35(10.3)	37(10.9)	341(100)	
Ham	Male	142(53.2)	61(22.8)	42(15.7)	11(4.1)	267(100)	$\chi^2=9.56$ df=4 P<0.05	
	Female	147(43.1)	87(25.5)	58(17.0)	31(9.1)	18(5.3)		341(100)
Chicken	Male	148(55.4)	66(24.7)	24(9.0)	14(5.2)	15(5.6)	267(100)	$\chi^2=14.25$ df=4 P<0.01
	Female	145(42.5)	91(26.7)	46(13.5)	19(5.6)	40(11.7)	341(100)	
Rice cakes	Male	98(36.7)	99(37.1)	3.5(13.1)	25(9.4)	10(3.7)	267(100)	$\chi^2=9.74$ df=4
	Female	99(29.0)	100(35.2)	71(20.8)	30(8.8)	21(6.2)	341(100)	
Mackerel	Male	75(28.1)	82(30.7)	59(22.1)	29(10.9)	22(8.2)	267(100)	$\chi^2=16.18$ df=4 P<0.05
	Female	52(15.2)	109(32.0)	99(29.0)	45(13.2)	36(10.6)	341(100)	
Cola	Male	168(62.9)	66(24.7)	25(9.4)	7(2.6)	1(0.0)	267(100)	$\chi^2=22.08$ df=4 P<0.001
	Female	160(46.9)	100(29.3)	49(14.4)	19(5.6)	13(3.8)	341(100)	
Sausage	Male	138(51.7)	78(29.2)	31(11.6)	10(3.7)	10(3.7)	267(100)	$\chi^2=13.87$ df=4 P<0.01
	Female	133(39.0)	103(30.2)	6.6(19.4)	23(6.7)	16(4.7)	341(100)	
Instant noodle	Male	130(48.7)	95(35.6)	35(13.1)	3(1.1)	4(1.5)	267(100)	$\chi^2=9.83$ df=4 P<0.05
	Female	135(39.6)	125(36.7)	6.0(17.6)	14(4.1)	7(2.1)	341(100)	
Pork	Male	111(41.0)	70(26.2)	36(13.5)	17(6.4)	33(12.4)	267(100)	$\chi^2=71.16$ df=4 P<0.01
	Female	49(14.4)	82(24.0)	67(19.6)	48(14.1)	95(27.9)	341(100)	
Fried soy- bean curd	Male	49(18.4)	51(19.2)	93(35.0)	39(14.7)	34(12.8)	267(100)	$\chi^2=11.17$ df=4 P<0.05
	Female	80(23.5)	87(25.5)	114(33.4)	33(9.7)	27(7.9)	341(100)	
Flavoured soda	Male	175(65.5)	74(27.7)	17(6.4)	1(0.4)	0(0.0)	267(100)	$\chi^2=39.46$ df=4 P<0.001
	Female	148(43.4)	122(35.8)	53(15.5)	10(2.9)	8(2.3)	341(100)	
Spinach	Male	123(46.1)	89(33.3)	43(16.1)	8(3.0)	4(1.5)	267(100)	$\chi^2=11.66$ df=4 P<0.05
	Female	115(33.7)	125(36.7)	73(21.4)	18(5.3)	10(2.9)	341(100)	
Fanda	Male	198(74.2)	50(18.7)	16(6.0)	2(0.7)	1(0.4)	267(100)	$\chi^2=20.35$ df=4 P<0.001
	Female	196(57.5)	93(27.3)	39(11.4)	6(1.8)	7(2.1)	341(100)	
Alaska pollacks	Male	64(24.0)	62(23.2)	59(22.1)	52(19.5)	30(11.2)	267(100)	$\chi^2=13.13$ df=4 P<0.05
	Female	49(14.4)	87(25.5)	108(31.7)	64(18.8)	33(9.3)	341(100)	
Garlic	Male	27(10.1)	49(18.4)	71(26.6)	54(20.2)	66(24.7)	267(100)	$\chi^2=16.35$ df=4 P<0.01
	Female	17(5.0)	40(11.7)	87(25.5)	74(21.7)	123(36.1)	341(100)	
Lotus root	Male	41(15.4)	46(17.3)	80(30.1)	59(22.2)	40(15.0)	267(100)	$\chi^2=11.04$ df=4 P<0.05
	Female	59(17.3)	90(26.4)	97(28.4)	50(14.7)	45(13.2)	341(100)	
Ice cream	Male	205(76.8)	48(18.0)	12(4.5)	1(0.4)	1(0.4)	267(100)	$\chi^2=12.73$ df=4 P<0.05
	Female	293(85.9)	32(9.4)	12(3.5)	4(1.2)	0(0.0)	341(100)	

Table 10. Favorite food and disliked food

Male		Female		
Foods	Preference score	Foods	Preference score	
Favorite food	1. Strawberry	4.82	Strawberry	4.82
	2. Ice cream	4.70	Ice cream	4.80
	3. Pear	4.68	Apple	4.70
	4. Water melon	4.68	Peach	4.68
	5. Yoghurt	4.65	Grape	4.64
	6. Grape	4.64	Oran—C	4.60
	7. Cider(carbonated)	4.58	Yoghurt	4.58
	8. Peanut	4.55	Melon	4.42
	9. Oran—c	4.54	Milk · Peanut	4.40
	10.Milk	4.53	Sweet potatoes	4.39
Disliked food	1. Garlic	2.68	Garlic	2.27
	2. Butter	2.91	Garland chrysanthomum	2.80
	3. Lotus root	2.95	Pork	2.83
	4. Garland chrysanthomum	2.97	Egg plant	2.87
	Egg plant		Flounder	2.89
	5. Bracken	2.98	Water cress	2.95
	6. Onion	3.00	Bracken	2.96
	7. Squash	3.01	Kidney bean	2.99
	8. Margarine	3.05	Squast · Green onion	3.03
	9. Fried soybean curd	3.15	Butter	3.08
10. Water cress	3.16			

식품의 기호 순위 : 좋아하는 식품, 싫어하는 식품의 기호도 순위별 상위 10종류는 표 10과 같다. 본 조사결과 가장 좋아하는 식품은 딸기로서 최⁴¹⁾의 아동을 대상으로 한결과는 아이스크림이며 고⁴²⁾와 김²²⁾ 등의 노인을 대상으로 한 결과는 쇠고기였으므로 식품기호에 대한 연령차를 알 수 있었다. 기호성이 낮은 식품은 대체로 자극성이 강하거나 독특한 냄새가 있는 식품으로 채소류가 주종을 이루었으며 버터나 마아가린의 기호도가 낮았다. 식품에 대한 기호도는 식품의 영양적 가치, 위생, 경제성과 더불어 식품으로서 중요한 구비 조건이 되며, 기호성이 높으면 식욕의 증진과 소화액의 분비 촉진으로 식품중의 영양소 소화율이 향상되는 등 매우 중요하므로 채소류의 기호성을 높일 수 있도록 조리방법을 통하여 식생활 담당자의 노력에 따른 교정이 필요하다고 본다.

요 약

대구시내 남·녀 중학생을 대상으로 식습관 및 식품에 대한 기호도를 질문지를 통해 조사한 결과 간식내용은 과자류가 18.9%로 가장 많았으며 다음이 과일, 과즙, 아이스크림의 순이었고 간식비는 1일 300원미만이 75.5%였다. 간식비와 간식횟수는 가정의 월수입과 어머니의 학력이 높을수록 높았다. 간식 장소는 집과 학교 매점이 약 80%로서 거의가 건전한 장소에서 행해지고 있음을 알 수 있다.

아침 식사의 결식율은 21.8%로서 비교적 높은 편이어서 아침 식사가 전체 영양섭취에 미치는 영향을 고려할 때 식습관의 중요한 문제점으로 지적될 수 있었다. 아침 식사의 형태는 94.2%가 밥이었고 이것은 다른 지역에서의 결과보다 높게 나타났다.

영양제 복용에 대해서는 「복용한 적이 있다」와 「복용하고 있다」가 50.5%로서 대상자의 약 반수가 영양제 복용을 선호하고 있으며 식사시 영양에 대한 고려 정도는 「전혀 고려하지 않는다」가 24.0%가 비교적 높아 부모 및 지도자를 통한 영양교육이 필요하다고 본다. 인스턴트식품의 이용에 관한 조사에서 「전혀 먹지 않는다」는 2.8% 뿐으로 대부분의 중학생이 인스턴트식품을 이용하고 있었으며 기호경향은 좋아하는 경우가 72.9%였다. 식품섭취 상태진단의 조사에서는 식품섭취 내용점수가 평균 8.3으로 양호한 편이었다. 남자보다 여자가, 가정의 일수입과 어머니의 학력이 높을수록 점수가 높았다. 70가지 식품에 대한 기호도를 5단계 척도법으로 집계한 결과 대상자의 기호경향은 「대단히 좋아한다」가 전체 식품의 37.3%로서 식품에 대한 수용성이 높았다. 식품별 기호도 순위는 남녀 모두 딸기가 가장 높았으며 마늘이 가장 낮았다. 식품군별로는 과일류가 가장 높았고 어패류가 가장 낮았다.

문헌

- 이정열; 특수영양학, 신광출판사(1983).
- Wilson E.D., Fisher K.H., Garcia P.A.; Principle of Nutrition, Ottawa(1979).
- 임현숙; 식습관과 건강상태와의 관계성에 관한 연구, 한국영양학회지, 14(1), 9(1981).
- 池田順子, 淺野弘明, 永田久紀; 女子學生 食生活實態(第1報), 營養學雜誌 41(2), 31(1983).
- 荒井基, 武藤静子; 思春期女子の食生活調査, 營養學雜誌, 29(4), 13(1971).
- 園田眞安, 馬場香代子; 食物嗜好に關する意識調査, 營養學雜誌, 39(3), 29(1981).
- 藤江奏, 猪野郁子; 食生活態度が性格形成に及ぼす影響(第1報), 家政學雜誌 31(8), 574(1980).
- Barnes R.H.; The Inseparability of Nutrition from the Social and Biological Sciences, Nutrition and Diet Therapy, C.V., Mosby Company, 111(1968).
- Young C.B.; Food habits of Freshment at Oregon State Collge, J.Am. Diet. A., 25, 318(1949).
- Schorr B.C.; Teen-age Food habits, A Multidimensional Analysis, J. Am. Diet. A., 61, 415(1972).
- 相川り系子; 誘稚園兒の食品の嗜好について, 營養學雜誌, 41(1), 21(1983).
- 高橋徹三; 城縣兒童・生徒の食事調査, 營養學雜誌, 41(1), 21(1983).
- 八倉和子; 女子の生活環境と食生活の實態, 家政學雜誌, 32(5), 360(1981).
- 岡田玲子, 伊藤つみ, 玉木民子; 新潟市幼稚園兒のする研究(第1報), 營養學雜誌, 38(5), 231(1980).
- 川梁節江; 食事行動に關する調査研究(第1報), 家政學雜誌, 24(7), 121(1973).
- 임현숙; 취학전 아동의 식품기호와 식습관 조사 연구, 한국영양학회지, 9(1), 60(1976).
- 현화진, 모수미; 서울시내 일부 고소득 아파트 단지내 유아원 어린이의 식습관조사, 서울대학교 가정대학 논문집, 5, 121(1980).
- 이미숙, 모수미; 어린이 식습관이 체위에 미치는 영향에 관한 연구, 한국영양학회지, 9(1), 7(1976).
- 최운정, 김갑영; 비만아의 신체발육과 식습관에 관한 연구, 한국영양학회지, 13(1), 1(1980).
- 김영자; 여대생의 음식 선택 및 기호성향, 한국영양학회지, 9(3), 35(1976).
- 정순자, 김화영; 주부의 식습관과 영양 지식에 관한 연구, 대한가정학회지, 23(4), 101(1985).
- 김선희; 60세이후 노년층의 식습관 조사, 한국영양학회지, 10(4), 59(1977).
- 高木和男, 増田富禰, 望月英男; 營養指導のための調査・統計と効果判定法, 醫齒藥出版株式會社(1982).
- 박양원, 이병갑, 박순영; 일부 도시지역의 중고교생들의 성장발육 및 체격지수에 관한 조사연구, 한국영양학회지, 4(4), 29(1971).
- 이일하, 이미애; 서울시내 여자중학생의 성장발육과 영양섭취 실태 및 환경요인과의 관계, 대한가정학회지, 21(1), 37(1983).
- 류영상, 김숙희; 국민학교 아동의 영양섭취 실태와 성장발육에 관한 연구, 한국영양학회지, 6(2), 111(1973).
- 文部省; 大臣官房調査統計課, 學校保健統計調査報告書, 223(1973).
- 川節江; 食事行動と關する調査研究(第1報), 朝食について, 家政學雜誌, 24(7), 73(1973).
- 장명숙, 황재희; 영동지역 주부들의 식생활관리 및 영양지식에 관한 실태조사, 한국영양학회지, 13(4), 387(1984).
- 안숙자; 서울주부의 영양교육 현황에 관한 연구, 대한가정학회지, 15(3), 213(1973).
- 모수미; 한국 여성의 식습관과 영양문제에 관한 연구, 아세아여성연구, 8, 159(1969).

32. 김기남, 모수미 ; 자녀의 식습관육성에 미치는 부모의 영향에 관한 조사 연구, 한국영양학회지, 9(1), 25(1976).
33. 岡部 巍, 口羽 章子 ; インスタント食品, 醫齒薬出版株式會社(1967).
34. 山口喜久男 ; 食生活革新産業, 東洋經濟新報社(1-976).
35. Bender, A.E. ; 營養 · 食品用語事典, 光琳書院(1967).
36. 木原芳次郎 ; 世界大百科事典, 2, 平凡社(1978).
37. 鈴木 邪子, 三谷 璋子 ; 學生における食生活と健康状態との關聯性, 營養學雜誌, 37(2), 69(1979).
38. Eppright, E.G., Fox, H.M., Fryer, B.A., Lamkim, G.H. and Vivian, V.M. ; Nutrition Knowledge and Attitudes of Mothers, J. Home Eco., 62, 327(1970).
39. Chassy, J.P., VanVeen, A.G., and Young, F. W. ; The Application of Social Science Reserch Method to the Study of Food Habits and Food Consumption in an Industriality Area, Am. J. Clin. Nutr., 20, 1(1969).
40. Garn, S.M., Bailey, S.M., Cole, P.E., Higgings, I.T.T. ; Level of Education Level of Income, and Level of Fatness in Adults, Am. J. Clin. Nutr., 30, 721(1977).
41. 최경순 ; 취학전 아동의 영양실태 조사에 관한 연구, 한국영양식량학회지, 11(4), 29(1982).
42. 교양숙 ; 제주지역 고령자 영양실태 조사 연구, 대한가정학회지, 19(4), 41(1981).

(Received July 29, 1988)