

# 서울시내 주부들의 영양지식과 태도 및 식생활 실태에 관한 조사 연구

A Study on the Nutritional Knowledge,  
Attitudes, and Dietary Patterns of Housewives in Seoul

명지대학교 가정학과  
대학원생 유희정  
명지대학교 가정학과  
부교수 송경희

Dept. of Home Economics, Myung Ji University  
Graduate School Student : Hee Jeong Yoo  
Dept. of Home Economics, Myung Ji University  
Associate Prof. : Kyung Hee Song

## 목 차

- |              |            |
|--------------|------------|
| 1. 서론        | 4. 결론 및 요약 |
| 2. 연구방법      | 참고문헌       |
| 3. 연구결과 및 고찰 |            |

## <Abstract>

The purpose of this research was to study nutritional knowledge, attitudes, and dietary patterns of housewives in Seoul. Four hundred and seventy housewives were examined from September 27 to October 4, 1989.

The results obtained were as follows; 51.8% of housewives ranked guidance of parents as their first choice of factors which influence food habits. 30.9% of housewives ranked TV and radio as their primary sources of nutritional information.

Nutritional knowledge had positive correlation with their nutritional attitude (+0.11) and their food habits(+0.24). Nutrition attitude had some correlation with food habits(+0.09).

The clinical symptoms of nutritional deficiency had negative correlation with variables such as nutritional knowledge(-0.05), nutrition attitude(-0.06) and food habits(-0.17).

## I. 서론

영양섭취는 생명유지와 신체의 성장발달 및 정상적인 사고와 행동을 위해서 필수적이며, 건강과 밀

접한 관련이 있는바, 균형적인 올바른 식생활은 매우 중요하다고 하겠다. 더욱이 사회가 발달하고 생활수준의 향상으로 인해 식생활에 관한 관심이 고조되면서 건강을 유지하기 위한 영양의 중요성이 대두

되고 있다. 이러한 사회발전과 더불어 식생활도 점차 다양해지고 복잡해져서 식생활 담당자의 역할은 더욱 중요하다고 하겠다.<sup>8)</sup>

이 등<sup>9)</sup>은 주부의 학력이 높을수록 가족들의 영양 섭취가 좋았다는 보고를 하였으며, 정 등<sup>3)</sup> 연구에서도 주부의 교육수준이 높을수록 영양지식과 식습관 점수가 높은 경향을 보였다고 하였다. Eppright 등<sup>4)</sup>은 주부의 교육수준이 높을수록 영양지식이 높다고 하였으며, 영양지식이 높을수록 균형된 식사를 계획하며, 이를 실제로 식생활에 적용하여, 식습관이 양호하다고 보고하였다.

그러나 Corruth<sup>5)</sup>은 영양교육 Program에 참여한 후 참가자의 식습관이 개선되지 않았음을 발견하여 영양지식과 식습관은 항상 비례관계를 보이지는 않는다고 보고하였다. 이 등<sup>6)</sup>의 연구에서는 주부의 수준이 높을수록 영양에 대한 태도가 좋아지는 경향을 보였다고 하였으며, 최<sup>7)</sup> 연구에서도 영양지식이 높을수록 영양의 중요성을 잘 인식하고 있었으며, 영양에 대한 태도도 좋았다고 보고하였다.

식습관은 후천적으로 형성되는 바, 유아기나 아동기에 형성되어 청소년기에 결정되어져 그 이후의 식습관에 많은 영향을 미친다고 한다.<sup>10)</sup> 이처럼 일단 형성된 식습관은 매우 중요하다고 하겠다.

식생활을 담당하는 주부에 대한 올바른 영양교육은 가족전체의 영양섭취에 영향을 미치게 된다.<sup>11)</sup> 좋은 식습관을 확립하기 위한 영양교육을 효과적으로 실시하기 위해서는 주부들의 영양지식, 태도, 식습관 등을 파악하고 현재의 식생활 실태에 대한 합리적이고 과학적인 평가가 필요하다.

그러므로 본 연구에서는 주부들을 대상으로 하여 영양지식, 영양에 대한 태도, 식습관 및 영양결핍에 의한 임상증상을 파악하고 이들 간의 상관관계를 밝히며, 식생활 환경 및 실태를 연구하여 그 문제점을 규명함으로써 과학적이고 체계적인 영양교육을 위한 자료를 얻고자 하며, 나아가서 식생활 향상을 도모하고자 한다.

## II. 연구방법

본 연구의 조사지역은 서울시로 하였으며, 조사대

상은 서울에서 주부모임이나, 서울시내 국민학교(1개교), 중학교(1개교), 고등학교(1개교), 대학교(1개교)의 학생들의 어머니를 대상으로 하였다.

조사기간은 1989년 9월 27일부터 10월 4일까지였으며, 총 배부된 설문지는 620부였으며, 회수된 설문지는 510부였고, 이 중 기재 미비한 설문지를 제외한 470부를 분석자료로서 사용하였다.

설문지의 내용은 일반적사항과 식생활비, 충분한 음식섭취에 대한 상황, 식생활 형성에 영향을 미친 인자, 식품영양 정보에 대한 급원 등의 식생활 환경 실태와 영양지식, 영양태도, 식습관, 영양결핍에 의한 임상증상을 나누어 조사하였다. 영양지식에 대한 설문은 15개항의 정·오문제로 다른 영양지식조사에서 쓰여진 문제중<sup>12-13)</sup> 일상생활에서 자주 접하게 되는 문제를 중심으로 다루었고, 영양에 대한 태도의 문항은 10개에 대해 “그렇다”, “아니다”, “잘 모르겠다”의 3단계로 답하게 하여 점수로 평가하였다.

식습관은 이<sup>14)</sup>가 사용한 방법을 약간 수정하여 사용하였으며, 식품 섭취 내용 10항에 대해 1주일간 섭취 해당 횟수 0-2일, 3-5일, 6-7일에 표하게 하여 각각에 0점, 0.5점, 1점을 주어 그 합을 낸 후 평균을 내고, 총점이 8.5점-10점이면 Excellent, 6.5점-8.4점이면 Good, 4.5점-6.4점이면 Fair, 4.5점 미만이면 Poor 등 4단계로 나누어 평가하였다.

영양과 관련된 건강 검사로서 Cornell Medical Index<sup>15)</sup>를 이용하였으며, 이들 항목 중 영양 결핍 상태와 관련된 임상 증상수를 50개 항목으로 작성하여 증상 유무를 조사하였다. 모든 자료는 SPSS(Statistical Package for the Social Science)로 전산처리 하여 분석하였다.

## III 연구결과 및 고찰

본 연구의 대상자는 30대 주부 51.7%, 40대 주부 28.8%, 20대 주부 15.7%, 50대 주부 3.8% 등의 분포를 나타내고, 학력별로는 고졸이 46.3%, 대졸이상 28.1%를 차지하여 상당히 학력이 높은 것으로 나타났다. 세대수는 1세대 42.8%, 식구수 4명 39.1%의 높은 비율을 차지했다(표1).

식생활비는 41만원 이상이 55.1%로 높은 비율을

표 1 조사대상자의 일반적인 사항

직업	무				유				합계			
	330 <sup>1</sup> (70.2) <sup>2</sup>				140 (29.8)				470 (100.0)			
연령	20대	30대			40대	50대			합계			
	74 (15.7)	243 (51.7)			135 (28.8)	18 (3.8)			470 (100.0)			
교육	국졸이하		중졸		고졸		대졸이상		합계			
	27 (5.8)		93 (19.8)		218 (46.3)		132 (28.1)		470 (100.0)			
세대수	1세대		2세대		3세대		4세대이상		합계			
	201 (42.8)		144 (30.6)		67 (14.3)		58 (12.3)		470 (100.0)			
주거형태	독립주택		아파트		연립주택		상점		사무실	기타	합계	
	258 (54.9)		106 (22.6)		71 (15.1)		16 (3.4)		(0.0)	19 (4.0)	470 (100.0)	
식구수	1	2	3	4	5	6	7	8	9	합계		
	4 (0.9)	19 (4.1)	52 (11.1)	184 (39.1)	138 (29.3)	48 (10.2)	19 (4.0)	2 (0.4)	4 (0.9)	470 (100.0)		
월총수입	<200 <sup>3</sup>		210- 400		410- 600		610- 800		810- 1000		>1010	합계
	13 (2.8)		40 (8.6)		106 (22.6)		113 (24.0)		84 (17.8)		114 (24.2)	470 (100.0)

1. 인원수
2. ( ): percentage
3. 단위 : 1,000원

차지하고, 식비에 드는 비용의 만족 여부는 “보통이다”가 58.1%로 가장 많고, “충분하다”가 24.4%를 나타내며, 식사준비 담당은 대부분이 87.6%가 주부 자신이 준비한다고 나타났으며, 부식 식품 구입장소는 시장 42.5%, 슈퍼마켓 37.7%, 이동식품차 6.1% 순으로 나타났다(표2).

우유섭취 조사에서는 우유를 매일 마시는 경우는 38.1%, 가끔 마시는 경우는 53.4%로 나타났으며, 전혀 마시지 않는 경우는 8.5%로 나타났다. 또한 우유를 마시지 않는 이유로는 전통적인 식습관으로 인해 우유를 마시지 않는 경우가 과반수 이상을 차지하며, 우유를 마시는 경우 복통과 설사를 유발하는 경우도 24.2%가 있는 바, 이는 우유를 마시지 않는 동양의 성인들에게 있어 lactase의 결핍으로 인한 것이라 할 수 있다. 우유섭취에 영향을 미치는 요인들 X<sup>2</sup>-test로 검증한 결과, 주부의 연령, 식습관은 유의적인 상관관계를 보여 주었다.

식품과 영양에 관한 정보를 얻는 급원으로는 TV,

라디오가 30.9%로 가장 많았으며, 부모, 친구, 이웃, 신문, 잡지, 학교 교과과정 순으로 나타났다. TV, 라디오, 신문, 잡지 등의 대중 매체에 의존하는 율이 상당히 높은 반면 영양사, 의사 등의 전문인 혹은 강연 등을 통한 정보수집은 거의 미비한 상태였다.

식습관 형성에 영향을 준 요인을 보면 부모의 지도가 51.8%로 과반수 이상을 차지하고 부모외의 가족이 26.0%, 매스미디어 11.2%, 학교교육은 7%를 나타냈다(표3). 김<sup>16)</sup>의 연구에서도 부모의 지도가 56.6%로 높은 비율을 차지하였고, 그 다음이 가족과 친구로 나타났으며, 학교교육은 9.2%로 나타났는 바, 이는 본 연구의 결과와 유사하다. 본 연구에서는 학교교육이 7% 밖에 되지 않는 것으로 보아 학교교육에 의해 식생활이 많이 변형되기는 어려운 것으로 보이며, 이는 Wilson<sup>18)</sup>의 연구 결과와 일치한다.

식습관은 학령기 전에 형성되어 성인기에도 계속 유지되므로<sup>19)20)</sup> 어렸을때부터 부모와 가족이 올바른 식습관을 갖도록 지도하는 것이 바람직하며, 이때 지

표 2 식생활 환경

식생활비	<100 <sup>1</sup>	110- 200	210- 300	310-400	>410	합 계
		16 <sup>2</sup> (3.5) <sup>3</sup>	28 (5.9)	71 (15.0)	96 (20.5)	259 (55.1)
생활수준정도	아주잘산다	잘산다	보통이다	못산다	아주못산다	합계
	8 (1.7)	30 (6.3)	383 (81.5)	45 (9.6)	5 (0.9)	470 (100.0)
식비충당부족여부	아주충분함	충분함	보통임	모자람	아주모자람	합 계
	20 (4.2)	112 (24.4)	274 (58.0)	56 (11.8)	8 (1.6)	470 (100.0)
식사준비시간	부 족 하 다			부 족 하 지 않 다		합 계
	126 (27.1)			344 (72.9)		470 (100.0)
식사준비담당	주 부		시모 . 친정모		기 타	합 계
	412 (87.6)		42 (9.0)		16 (3.4)	470 (100.0)
식품구입장소 (주식)	동네가게	이동식품차	수 퍼	시 장	기 타	합 계
	182 (38.7)	8 (1.6)	101 (21.5)	142 (30.4)	37 (7.8)	470 (100.0)
식품구입장소 (부식)	동네가게	이동식품차	수 퍼	시 장	기 타	합 계
	61 (13.0)	27 (6.1)	179 (37.7)	200 (42.5)	3 (0.7)	470 (100.0)

1. 단위 : 1,000원

2. 인원수

3. ( ) : percentage

표 3 식습관 형성에 영향을 미친 인자

	인원수	%
매스미디어	53	11.2
부모의 지도	243	51.8
학교교육	33	7.0
종 교	7	1.5
친 구	12	2.5
가족 (부모외)	122	26.0
합 계	470	100.0

표 4 영양지식에 대한 평점

평 점	인원수	%
29점 이하	23	4.9
30 - 39점	32	6.8
40 - 49점	124	26.4
50 - 59점	81	17.2
60 - 69점	150	31.9
70 - 79점	31	6.6
80 - 89점	27	5.7
90 -100점	2	0.5
합 계	470	100.0

도하는 부모와 가족들의 식습관이 올바라야 하겠다.<sup>17) 21) 22)</sup>

주부의 건강에 영향을 미치는 영양지식에 대해서 알아 본 결과, 영양지식의 평균점수는 54.2%였으며, 교육정도에 따라서는 대학을 졸업한 주부의 영양지식이 61.4%로서 가장 높은 비율을 나타냈다(표4). 이는 교육수준이 높을수록 영양지식이 증가한다는 김<sup>23)</sup> 모<sup>24)</sup> 연구와 일치되었다. 영양지식을 연령별로 보면 20대 주부가 53.9, 30대 주부가 56.9로서 30대 주부가 20대 주부보다 우월하다고 나타났으며, 40대, 50대순으로 나타났다. 교육수준, 월총수입, 식생활비 및 연령에 따른 주부들의 영양지식은 통계적으로 유의적인 차이는 없었다(표5).

Epwright 등<sup>4)</sup>은 미국주부의 교육수준이 높을수록 영양지식이 높고, 영양지식은 식사의 질에 영향을 미친다고 하였다.

영양태도에 대한 평균점수는 8.59였으며, 영양태도에 대한 평점은 8.0-8.9점이 48.9%, 9.0-10점이 36.

6%, 7.0-7.9점이 12.2%, 6.9점이하가 2.3%를 나타내었다(표6)

연령에 따른 영양에 관한 태도는 30대가 8.68%, 40대가 8.60%, 50대가 8.55%, 20대가 8.31% 순으로 나타났으며, 집단간에 유의적인 상관관계가 있었다. 반면, 영양태도와 교육수준, 직업유무, 식생활비, 월총수입과는 통계적으로 유의적인 차이를 보이지 않

표 5 영양지식과 각 변수와의 관계

	구분	영양지식점수	F	유의도
교육	국졸이하(27)	42.73	17.745	P<0.001
	중 졸 (93)	51.37		
	고 졸 (218)	52.55		
	대졸이상(132)	61.49		
	Mean ± SEM	54.32±0.35		
연령	20대 (74)	53.91	4.427	P<0.01
	30대 (243)	56.98		
	40대 (135)	51.23		
	50대이상(18)	50.59		
	Mean ± SEM	54.52±0.18		
직업	무 (330)	53.48	2.176	N.S. <sup>3</sup>
	유 (140)	55.84		
	Mean ± SEM	54.18±0.07		
식생활비	< 100 <sup>2</sup> (16)	41.67	7.881	P<0.001
	110-200 (28)	47.90		
	210-300 (71)	50.38		
	310-400 (96)	51.46		
	> 410 (259)	57.54		
	Mean ± SEM	54.17±0.27		
월총수입	< 200 <sup>2</sup> (13)	42.22	6.954	P<0.001
	210-400 (40)	49.09		
	410-600(106)	49.41		
	610-800(113)	55.51		
	810-1,000(84)	54.76		
	> 1,010 (114)	59.72		
Mean ± SEM	54.24±0.29			

1. 영양지식 점수
2. 단위 : 1,000원
3. N.S.: not significant

표 6 영양태도에 대한 평점

평 점	인원수	%
6.9 점 이하	11	2.3
7.0 - 7.9 점	57	12.2
8.0 - 8.9 점	230	48.9
9.0 - 10 점	172	36.6
Mean ± SEM	470	8.60±0.80

았다(표7) 이 등<sup>6</sup>의 연구에서도 영양태도는 직업유무, 연령, 월총수입과는 통계적으로 유의적인 차이가 없다고 보고하였다.

식습관의 평균점수는 1.8이었으며, 식습관에 대한 평점 분포는 poor군이 43.4%로 가장 높은 비율을 나타냈고, fair군은 32.3% good군이 19.8%, excellent군은 4.5%순으로 나타났다(표8). 주부들의 75.7%가

표 7 영양태도와 각 변수와의 관계

	구분	영양지식점수	F	유의도
교육	국졸이하(27)	8.55	0.235	N.S. <sup>3</sup>
	중 졸 (93)	8.61		
	고 졸 (218)	8.62		
	대졸이상(132)	8.55		
	Mean ± SEM	8.59±0.04		
연령	20대 (74)	8.31	3.458	P<0.05
	30대 (243)	8.68		
	40대 (135)	8.60		
	50대이상(18)	8.55		
	Mean ± SEM	8.60±0.16		
직업	무 (330)	8.59	0.138	N.S.
	유 (140)	8.62		
	Mean ± SEM	8.60±0.02		
식생활비	< 100 <sup>2</sup> (16)	8.11	1.998	N.S.
	110-200 (28)	8.31		
	210-300 (71)	8.56		
	310-400 (96)	8.63		
	> 410 (259)	8.64		
	Mean ± SEM	8.60±0.14		
월총수입	< 200 <sup>2</sup> (13)	8.00	1.878	N.S.
	210-400 (40)	8.51		
	410-600(106)	8.55		
	610-800(113)	8.60		
	810-1,000(84)	8.52		
	> 1,010 (114)	8.76		
Mean ± SEM	8.60±0.15			

1. 인원수
2. 단위 : 1,000원
3. N.S.: not significant

표 8 식습관에 대한 평점

구분	인원수	%
Poor 군	204	43.4
Fair 군	152	32.3
Good 군	93	19.8
Excellent 군	21	4.5
Mean ± SEM	470	1.85±0.89

poor와 fair군에 속했으며, 김<sup>20)</sup>의 대학생을 대상으로 한 연구에서는 fair군이 30.22%, poor군이 55.17%를 보이고 전체적으로 많은 학생들의 식습관이 나쁜 것으로 나타났으며, 정 등<sup>21)</sup>의 연구에서는 주부들의 식습관이 fair군이 46.9%, poor군이 14.1%로 나타났으며, 식습관 군별로 영양지식 점수를 비교하여 보면 식습관이 좋지 않을수록 영양지식 점수도 낮아지는 경향을 보인다고 보고하였다. 주부들의 교육수준에 따른 식습관을 살펴보면 대졸이 2.1로 가장 높았고, 중졸이 1.9, 고졸 1.8%, 국졸 1.5순으로 나타났으며, 일반적으로 교육수준이 높을수록 식습관이 좋은 것을 알 수 있었다. 월총수입은 101만원 이상이 2.11로 가장 높고 81-100만원, 61-80만원, 41-60만원, 21-40만원, 20만원 이하의 순으로 나타났으며, 이는 월총수입이 많을수록 식습관이 좋은 것으로 나타났으며, 식생활비는 41만원 이상이 2.0으로 가장 높았고, 21-30만원, 11-20만원, 31-40만, 10만원이하의 순으로 나타났으며, 통계적으로 집단간에 유의적인 차이( $P < 0.01$ )가 있었다. 그러나 직업유무, 연령은 식습관과 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다(표9).

영양결핍에 의한 임상증상수는 11-20개가 44.5%로 가장 많이 나타났으며, 1인당 평균 영양결핍 임상증상수가 14.6개를 나타냈으며, (표10) 강 등<sup>22)</sup> 연구에서 농촌지역 주부 1인당 평균치인 16.1와 비교하여 볼때 도시지역 주부들 보다 농촌지역 주부에게서 영양결핍 임상증상이 더 많이 나타남을 알 수 있다.

영양지식, 태도, 식습관 및 영양결핍에 의한 임상증상수와 상관계수를 파악하고자 Pearson 적률상관계수를 구하였다. 영양지식과 영양에 관한 태도와 상관은 정의 상관을 나타내었는 바, 이는 영양지식이 높을수록 영양에 관한 태도가 좋은 것을 의미하며, 통계적으로 유의적인 상관관계(상관계수=0.1156,  $P < 0.05$ )를 나타내었다. 이 등<sup>6)</sup>, 강 등<sup>22)</sup>, Schwabe<sup>23)</sup> 연구에서도 영양지식과 영양태도는 유의적인 상관관계가 있다고 보고하였다.

영양지식과 식습관과는 정의 상관관계를 나타내어 통계적으로 유의적 상관관계(상관계수=0.2430,  $P < 0.001$ )를 나타냈으며, 이는 영양지식이 높을수록 식습관도 좋다는 것을 의미한다. 김<sup>20)</sup>은 대학생의 경우 영양지식과 식습관 사이에 높은 상관관계를 보여

영양지식이 곧 식행동으로 옮겨짐을 보고했으나, 정 등<sup>21)</sup>은 주부들은 영양지식과 식습관 사이에 낮은 상관관계를 보여, 주부들은 알고 있는 영양지식을 식생활에 응용하려고 노력하기 보다는 경험에 의해 습관적으로 행하고 있음을 말해 주는 것이라고 보고하

표 9 식습관과 각 변수와의 관계

	구 분	식습관 점수	F	유의도
교 육	국졸이하(27) <sup>1</sup>	1.50	4.759	P<0.01
	중 졸 (93)	1.92		
	고 졸 (218)	1.80		
	대졸이상(132)	2.10		
	Mean ± SEM	1.89±0.18		
연 령	20대 (74)	1.89	1.270	N.S. <sup>3</sup>
	30대 (243)	1.90		
	40대 (135)	1.74		
	50대이상(18)	2.06		
	Mean ± SEM	1.86±0.09		
직 업	무 (330)	1.87	1.848	N.S.
	유 (140)	1.81		
	Mean ± SEM	1.85±0.03		
식생활비	< 100 (16)	1.19	5.451	P<0.001
	110-200 (28)	1.78		
	210-300 (71)	1.88		
	310-400 (96)	1.66		
	> 410 (259)	2.01		
	Mean ± SEM	1.87±0.21		
월총수입	< 200 (13)	1.38	3.504	P<0.01
	210-400 (40)	1.69		
	410-600(106)	1.71		
	610-800(113)	1.90		
	810-1,000(84)	1.91		
	> 1,010 (114)	2.11		
	Mean ± SEM	1.88±0.19		

1. 인원수

2. 단위 : 1,000원

3. N.S.: not significant

표 10 영양결핍 임상증상수의 분포

임상증상수	인원수	%
0 - 10	160	34.0
11 - 20	209	44.5
21 - 30	81	17.2
31 - 40	18	3.9
41 - 50	2	0.4
	470	

였다.

영양에 대한 태도와 식습관과의 관계는 정의 상관관계를 나타냈으며, 통계적으로 유의적 상관관계(상관관계=0.0994,  $P < 0.05$ )를 나타내었다. 이는 영양에 대한 태도가 높을수록 식습관도 좋다는 것을 의미한다. 또한 Eppright 등<sup>4)</sup>과 Schware<sup>20)</sup>도 영양에 대한 태도와 식습관 사이에 유의적인 상관이 있다고 보고하였다.

영양결핍으로 인한 임상증상수와 영양지식과의 관계를 살펴보면 부의 상관관계를 나타내었으며(상관계수=-0.0510), 이는 영양지식이 높을수록 영양섭취가 양호하므로 영양결핍에 의한 임상증상은 적은 것을 의미하며, 통계적으로 유의적인 차이는 없었다. 또한, 영양결핍 임상수와 영양에 관한 태도와의 관계를 살펴보면 부의 상관관계를 나타냈으며(상관계수=-0.0639), 이는 영양에 대한 태도의 결과가 높을수록 영양결핍으로 인한 임상증상수는 적은 것을 나타내었으며, 통계적으로 유의적인 차이는 없었다.

그리고 영양결핍에 의한 임상증상수와 식습관과의 관계를 살펴보면 부의 상관관계를 나타내었으나, 통계적으로 유의적인 상관관계(상관계수=-0.1775,  $P < 0.001$ )를 나타내었다. 이는 식습관이 좋을수록 영양결핍에 의한 임상증상수는 적게 나타남을 의미하며, 영양지식과 태도보다는 식습관이 영양결핍에 의한 임상증상수에 미치는 영향이 더욱 크다고 볼 수

있겠다. 이는 강 등<sup>21)</sup>의 보고와도 일치하였다(표11).

#### IV. 결론 및 요약

본 연구는 서울시내 주부들의 영양지식과 태도 및 식생활실태를 연구하기 위하여 주부 470명을 대상으로 1989년 9월 27일에서 10월 4일까지 조사를 실시하였는 바, 그 결과를 요약하면 다음과 같다.

1. 조사대상자들의 연령 분포는 30대가 51.7%로 가장 많았고, 세대수는 1세대가 42.8%, 식구수는 4명이 39.1%로 가장 많은 비율을 차지했으며, 주거형태는 독립주택이 54.9%로 가장 많았다. 교육정도는 고졸이 46.3%로 가장 많았고 직업을 가지지 않은 주부가 70.2%였으며, 월총수입은 101만원 이상이 24.2%로 가장 많았다.

2. 식습관형성에 영향을 준 요인은 부모의 지도가 51.8%로 가장 높은 비율을 차지했으며, 식품영양정보에 대한 급원은 TV, 라디오가 30.9%로 가장 높았다.

3. 영양지식의 평균점수는 54.2였으며, 영양지식은 직업유무와는 통계적으로 유의한 차이가 없었으나 연령, 교육수준, 월총수입, 식생활비와는 통계적으로 유의적인 차이를 보였다.

4. 영양태도의 평균점수는 8.59이었으며, 영양태도와 교육수준, 직업유무, 월총수입, 식생활비와는 통

표 11 영양지식, 태도, 식습관 및 영양결핍 임상증상간의 상관관계

	영양지식 (1.0000) 470 P = *****	태도 (0.1156) 470 P = 0.012	식습관 (0.2430) 470 P = 0.000	영양결핍 임상증상수 (-0.0510) 470 P = 0.170
영양지식		(1.0000) 470 P = *****	(0.0994) 470 P = 0.019	(-0.0639) 470 P = 0.105
태도			(1.0000) 470 P = *****	(-0.1775) 470 P = 0.000
식습관				(1.0000) 470 P = *****
영양결핍 임상증상수				

Pearson Correlation Coefficient / cases

1. 인원수

계적으로 유의적인 차이가 없었으나, 연령과는 통계적으로 유의적인 차이를 보였다.

5. 식습관의 평균점수는 1.8이었으며, poor 군이 43.4%로 가장 많았고, 75.7% 주부들이 poor-fair군에 속했다. 식습관은 직업유무, 연령과는 통계적으로 유의한 차이가 없었으나, 교육수준, 월총수입, 식생활비와는 통계적으로 유의적인 차이를 보였다.

6. 영양결핍으로 인한 임상증상수는 평균 14.6개였으며, 임상증상수는 11-20개를 가진 집단이 44.5%로 가장 많았다. 또한 다변인 회귀분석을 한 결과 충분한 음식과 영양섭취(5% 설명력)가 가장 크게 영향을 미쳤으며, 편식, 식습관 연령의 순으로 나타났다.

7. 영양지식과 태도는 정의 상관관계(+0.11)를 나타냈으며, 영양지식과 식습관과도 정의 상관관계(+0.24)를 나타냈고, 영양태도와 식습관과도 정의 상관관계(+0.09)를 보여 주었다. 반면 영양결핍으로 인한 임상증상과 영양지식은 부의 상관관계(-0.05)를 나타냈고, 영양태도와도 부의 상관관계(-0.06)를 나타냈으며, 또한 식습관과도 부의 상관관계(-0.17)를 나타냈다.

## ■ 참고문헌

- 1) 현기순 : 식생활관리, 교문사, 1984, 131-136.
- 2) 이일하, 이미애 : 서울시내여자 중학생들의 성장발육과 영양섭취상태 및 환경요인과의 관계. 대한가정학회지 21 1983, 37-48.
- 3) 정혜경 : 한국의 도시빈곤지역과 농촌의 영양섭취 상태 및 관련 요인에 대한 연구. 이대대학원, 1982.
- 4) Eppright, E. S., Fox, H. M., Fryer, B. A., Lamkin, G. H. & Vivan, V. M. : Nutritional knowledge and attitudes of mothers. J. Am Home Ec. Assoc. 62, 1970, 327-331.
- 5) Corruith, B. R., Mangel, M. & Anderson, H. L. : Assessing change-proneness and nutrition related behaviors. J. Am. Diet. Assoc. 70, 1977, 47-52.
- 6) 이희숙, 장유경 : 주부들의 영양지식과 태도에 관한 연구. 한국영양학회지 18, 1985, 92-97.
- 7) 최운정 : 유치원 보모의 영양지식과 태도에 관한 조사. 한국영양학회지 15, 1982, 181-185.
- 8) Petersen, M. E. & Kies, C. : Nutritional knowledge and attitudes of early elementary teachers. J. Nutr. 4, 1972, 11-15.
- 9) Wilson, E. D., Fisher, K. H. & Garcia, P. A. : Principles of nutrition, 4th Ed., John Wiley & Sons Comp. 1979, p.449.
- 10) 최경자 : 서울시내 여고생들의 환경과 영양지식이 영양섭취 상태에 미치는 영향. 이대교육대학원 석사학위논문, 1981.
- 11) Vickstrom, J. A. & Fox, H. H. : Nutritional knowledge and attitudes of registered nurse. J. Am. Diet. Assoc. 68, 1976, 453-456.
- 12) Cho, M. & Fryer, B. A. : Nutritional knowledge of collegiate physical education majors. J. Am. Diet. Assoc. 65, 1974, 30-34.
- 13) Dugdale, A. E., Chandler, D. & Bahgurst, K. : Knowledge and belief in nutrition, Amer. J. Clin. Nutr. 32, 1979, 441-445.
- 14) 이기열 : 식이요법, 수확사, 1981, p.31.
- 15) Broadman, K., Erdmann A. J. Jr. & Wolff, H. G. : Cornell medical index-Health questionnaire manual, cornell university Medical college, 1949.
- 16) 김성애 : 로스앤젤레스에서 주거하는 청소년의 영양조사. 한국영양학회지 15, 1982, 54-61.
- 17) 김기남 : 식습관의 성격적 특성에 관한 조사 연구. "미국의 일부대학생들을 중심으로", 한국영양학회지 15, 1982, 194-201.
- 18) Wilson, M. M. & Bamb, M. W. : Food beliefs as related to ecological factors in women. J. Am. Home Ec. Assoc. 60, 1968, 115-118.
- 19) Dorcus, R. M. : Food habits-their origin and control. J. Am. Diet. Assoc. 18, 738-740, 1942.
- 20) Mead, M. : Dietary patterns and food habits J. Am. Diet. Assoc. 43, 1943, 1-5.
- 21) Bryan, D. & Lowenberg, M. E. : The father's influence on young children's food preference. J. Am. Diet. Assoc. 34, 1958, 30-34.
- 22) Harper, L. V. & Sanders, K. M. : The effect of adults' eating on young children's acceptance of unfamiliar foods. J. Exp. Child. Psy. 20, 1975, 206-209.
- 23) 김기남, 모수미 : 자녀의 식습관 육성에 미치는 부모의 영향에 관한 조사 연구. 한국영양학회지 9, 1976, 25-42.
- 24) 모수미 : 한국여성의 식습관과 영양 문제에 관한 연구. 아세아여성연구 8, 1969, 159-174.

- 25) 김화영 : 대학생의 영양지식과 식습관에 관한 조사 연구. 한국영양학회지 17, 1984, 178-184.
- 26) 정순자, 김화영 : 주부들의 영양지식과 식습관에 관한 연구. "서울중심으로" 대한가정학회지 23, 1985, 101-108.
- 27) 강지용 외 4 : 일부농촌 지역사회 주부의 식품섭취 상태와 관련된 요인 및 영양교육지표에 관한 연구. 예방의학회지 22, 1989, 406-421.
- 28) Schware, N. E. : Nutritional knowledge attitudes and practices of high school graduates. J. Am. Diet. Assoc. 66, 1975, 28-31.