

## 全北地域 主婦들의 食生活管理 實態에 關한 調查研究

이 경 자

기전여자전문대학 식품영양과  
(1991년 10월 2일 접수)

### A Survey on the Status of the Homemakers' Meal Management in Jeonbuk Area

Lee Kyung Ja

Kijeon Women's Junior College, Dept. of Food & Nutr.  
(Received October 2, 1991)

#### Abstract

A survey was made, from May to June 1991, to reveal the current situation of the meal management of the homemakers in Jeonbuk area.

The results obtained from 464 homemakers were summerized as follows.

The meal expenses were planned and managed mostly by the homemakers (93.3%). The 31.1% homemakers expended 200,000-300,000 Won a month for meals and the average expenditure was 294,106 Won.

Among the homemakers who responded, the 34.0% managed their account books for meal expenses. With decreasing age( $p < 0.05$ ), increasing education level ( $p < 0.001$ ), and increasing the income ( $p < 0.01$ ), the number of those who managed the account book tended to be higher.

Usually they bought their foods at the market place (52.1%) and they did every other days(33.2%). The 46.9% planned what to buy and chose the best ones among the foods they planned to buy at the market.

The percentage of those who prepared their menus planned in advance was only 5.5%. The most homemakers cooked for themselves (96.8%). On cooking and buying foods, the 48.2% considered their husbands first and the 64.4% regarded the tastes and needs of their families as the most important thing. The majority (66.2%) regarded the dinner as the most important among those three times of meals. The 39.6% prepared Kimchi twice a month. The foods they prepared for each meal were usually 4-5 kinds (43.2%). Mostly they prepared meals three times a day (49.1%).

The average times spent in preparing and clearing the tables for lunch and breakfast were 41.6, 96.2 minutes respectively. The homemakers who had jobs tended to spend less time in preparing and clearing the tables than those who had not ( $p < 0.01$ ,  $p < 0.001$ ).

The 58.0% had complaints in that the food prices were too high and their moneys for meal preparation were insufficient and the 16.6% had difficulty in satisfying the tastes of their families.

#### I. 序 論

食生活은 인간이 營爲하는 여러 생활현상 중 가장 기본적인 중요한 요소로서, 인간의 生理的, 心理的 욕구까지 충족시켜주는 기능을 갖고 있다. 또한 먹는 것은 그 자체가 인간생활의 한 과정이므로 食生活文化는 인간이 繼承해온 문화 가운데 가장 중요한 위치를 차지하고 있다.<sup>1)</sup>

식생활은 家族과 部族단위로 이루어져 왔으며, 本能

의인 성질에 따른 공통된 경향을 가지면서도, 한편으로는 부족이나 민족 또는 地域에 따라 다양하게 발달되었다.<sup>2)</sup> 즉, 식생활은 社會, 經濟, 文化, 教育, 宗教 및 傳統的 慣習등에 직접 혹은 간접적인 영향을 받는다<sup>3)</sup>

특히, 최근의 경제발달과 더불어 식생활분야는 많은 변화가 있어, 과거에 비해 外食이나 혼자 식사하는 일이 많아졌고, 걸으면서도 식사하며, 間食이 많이 소비되고, 식품購入의 책임이 家族構成員 모두에게 돌아가며, 식품産業이 현저히 발달되고 있다.<sup>4)</sup>

추<sup>5)</sup>도 所得의 增大, 생활수준의 향상, 女性的 社會 參與 증가 등의 요인들에 의해 우리나라의 外食産業이 현저히 발달하고 있으며, 가정내의 식사와 외식의 比率이 점차 접근하여 외식 消費支出의 내용이 다양해질 것으로 보고하고 있다.

한편, 식사에 관련된 모든 활동과 意思決定을 내리는 것을 食生活管理라 할 때<sup>6)</sup>, 변화되는 식생활과 더불어 식생활관리의 내용도 변화되고 있음을 짐작할 수 있다.

또한 식생활관리의 책임을 맡고 있는 主婦들의 생활 範圍와 내용이 날로 확대되고 다양해져, 就業主婦의 경우 일반가정에서와는 다른 식생활양상과 문제점을 보이고 있다.<sup>7)</sup> 또 주부가 직업을 가진 경우 아침식사에서 밥이 차지하는 비율이 감소하고 빵食이 증가된다는 보고도 있다.<sup>8)</sup> 주부가 직업이 있을 때는 調理時間의 短縮이 가장 중요하게 되어 외식하는 일이 많아지고, 加工食品의 사용이 보다 많아질 것이라는 보고도 있다.<sup>9)</sup> 또 다른 연구에서는 家事일에 관련된 사항으로 주부의 職業有無와 家族數가 가장 큰 변수로 작용하여, 주부가 직업이 있을 때는 가사일에 드는 시간은 짧아지고, 가족수가 많을 때는 가사일에 드는 시간이 길어진다고 하였으며, 기타 變數로는 막내아이의 나이와 주부의 年齡, 住宅의 크기등을 들고있다.<sup>10)</sup> 한편 家庭管理行動에 차이를 나타내는 가장 큰 요인은 주부의 教育程度라고 보고한 연구도 있다.<sup>11)</sup>

따라서, 본 연구에서는 이와같이 변화되고 있는 사회에서 食生活管理者인 각가정의 주부들을 대상으로 식생활관리 實態를 알아보고 검토해 봄으로써, 가정에서의 식생활관리상의 문제를 규명하여 식생활 향상을 위한 개선점을 파악하고자 한다.

## II. 研究方法

### 1. 調查對象 및 期間

본 조사는 1991년 5월 부터 6월까지 全州市의 국민 학교, 중, 고등학교, 대학교 在學生을 子女로 둔 主婦등 600명을 임의로 抽出하여 設問紙를 配付하고, 回收된 응답자 492명(회수율 82%)중 기록이 不實한 것을 제외한 464명을 대상으로 하였다.

### 2. 調查內容 및 方法

설문지법을 이용하여, 조사대상자의 一般環境 實態와 食生活管理 實態로서의 食生活費의 計劃, 식품의 구입, 음식의 調理, 식사준비時間 및 식생활관리시의 어려운 점 등에 대해 조사하였다.

### 3. 調查資料의 處理方法

조사대상자의 일반환경 실태와 식생활관리 실태는

各 問項別로 頻度數와 百分率을 구하였고, 주부의 연령, 學歷, 가정의 總收入, 주부의 職業有無에 따른 집단간의 차이에 대한 有意度 檢證에는 Chi-square test를 실시하였다.

## III. 結果 및 考察

### 1. 一般環境實態

본 조사대상자의 일반환경 실태에 관한 내용은 (표 1) 과 같다. 조사대상자의 연령은 40대가 47.8%로 가장 많았고, 30대는 37.8%였다.

가족수는 평균 5.3명 이었고, 5인가족이 33.5%, 6인가족이 22.7%, 4인가족이 20.1% 順이었다.

가족의 형태는 核家族이 81.0%, 擴大家族이 19.0%였고, 주택의 형태는 단독주택이 69.8%, 아파트가 30.2%였다.

본 조사대상자인 주부의 학력은 高卒이 43.8%, 中

표 1. 一般環境實態

상황변수	집 단	N	%
주부의 연령(세)	20-29	12	2.6
	30-39	173	37.8
	40-49	219	47.8
	50-59	52	11.4
	60 이상	2	0.4
주부의 학력	국졸이하	70	15.3
	중 졸	142	30.9
	고 졸	201	43.8
	대졸이상	46	10.0
주부의 직업유무	유	142	30.7
	무	320	69.3
가정의 총수입(만원)	50 미만	37	8.7
	50-100	234	55.2
	100-150	106	25.0
	150-200	27	6.4
	200 이상	20	4.7
가족의 형태	핵가족	372	81.0
	확대가족	87	19.0
가족수(명)	2	3	0.6
	3	29	6.3
	4	93	20.1
	5	155	33.5
	6	105	22.7
	7	47	10.2
	8	19	4.1
	9 이상	11	2.4

卒이 30.9%, 大卒이 10.0% 順이었고, 직업을 갖고있는 경우는 30.7% 였다.

조사대상자 가정의 月평균 총 수입은 50-100 만원이 55.2%로 가장 많았고, 100-150 만원은 25.0%였다.

## 2. 食生活管理實態

### (1) 食生活費의 計劃 및 內容

#### 1) 食費의 管理者

‘食費의 豫算과 管理는 누가하는가’라는 질문에 대해 전체 대상자의 93.3%가 ‘주부’라고 응답하였고, ‘남편’이 4.3%, ‘시아머니’ 1.1%, 기타 1.3%로, 대다수의 주부가 식비를 직접 관리하고 있었다.

#### 2) 食生活費의 內容 (표 2) (표 3) (표 4)

한달의 主食費는 5-10만원이 47.6%로 가장 많았고, 10-15만원은 25.7% 였으며, 평균 84,375원이었다. 주식비는 가정의 총수입과는 無關하였고, 가족수에 따라 유의하게 달라지는 것으로 나타났다. 즉, 가족수가 많아질수록 주식비가 늘어나는 경향이였다( $X^2=82.77$ ,  $df=28$ ,  $p<0.0001$ ).

한달의 副食費는 10-15만원이 26.5%, 5-10만원은 25.9%였으며, 평균 119,781원이었다. 부식비는 가정의 총수입과 가족수에 따라 유의하게 달라지는 것으로 나타나, 가정의 총수입이 많고 ( $X^2=79.53$ ,  $df=24$ ,  $p<0.0001$ ), 가족수가 많아질수록 ( $X^2=60.80$ ,  $df=42$ ,  $p<0.05$ ), 부식비가 늘어나는 경향이였다.

한달의 間食費는 5만원 미만이 44.0%, 5-10만원이 36.1%였으며, 평균 55,779원 이었다. 간식비는 가족수와 관계없이, 가정의 총수입과 주부의 학력 및 직업유무에 따라 유의하게 달라지는 것으로 나타났다. 즉, 가정의 총수입이 많고( $X^2=90.81$ ,  $df=16$ ,  $p<0.0001$ ), 주부의 학력이 높고, ( $X^2=35.39$ ,  $df=16$ ,  $p<0.01$ ), 직업이 있을 때( $X^2=13.35$ ,  $df=4$ ,  $p<0.01$ ), 간식비가 늘어나는 경향이였다.

한달의 外食費는 5만원 미만이 73.1%, 5-10만원이 19.7%였으며, 평균 30,573원 이었다. 경제기획원의 도시가구당 월평균 외식비 44,844원<sup>12)</sup>에 비해 낮은 값을 보이고 있다. 외식비는 가족수와는 관계없이 가정의 총수입과 주부의 학력 및 직업유무에 따라 유의하게 달라지는 것으로 나타났다. 즉, 가정의 총수입이 많고( $X^2=124.92$ ,  $df=16$ ,  $p<0.0001$ ), 주부의 학력이 높고( $X^2=33.58$ ,  $df=16$ ,  $p<0.01$ ), 주부가 직업이 있을 때( $X^2=12.14$ ,  $df=4$ ,  $p<0.05$ ), 외식비가 늘어나는 경향을 보였다.

한달의 總食費는 20-30만원이 31.1%, 30-40 만원이 25.6%로 평균 294,106원 이었으며, 1990년 경제기획원 조사결과<sup>12)</sup>인 219,539원 보다 높은 값을 보이고 있다.

#### 3) 貯畜額 (표 2)

한달의 저축액은 10-20만원이 21.0%, 20-30만원이 21.0%, 30-40만원이 18.9%였고, 평균 290,000원 이었다.

#### 4) 家計簿 記入여부 (표 5)

전체의 34.0%가 가계부를 기입한다고 응답하였고, 66.0%는 기입하지 않는다고 응답하였다. 가계부 기입여부는 주부의 연령, 주부의 학력 및 가정의 총수입에 따라 유의하게 달라지는 것으로 나타나, 주부의 연령이 적고( $p<0.05$ ), 주부의 학력이 높으며( $p<0.001$ ), 가정의 총수입이 많을 때( $p<0.01$ ) 가계부를 기입하는 경우가 많은 경향을 보였다.

#### (2) 食品의 購入

##### 1) 식품구입 場所 (표 6)

식품을 주로 구입하는 장소는 큰 시장이 전체의 52.1%로 가장 많았고, 동네의 슈퍼를 찾는 경우는 전체의 40.9%였다. 주부가 직업을 갖고 있을 때 동네슈퍼 등 큰 시장 이외에서 식품을 구입하는 경우가 유의적으로 많은 경향을 보였다( $p<0.05$ ).

##### 2) 식품구입 回數 (표 7)

식품은 주로 이틀에 한번씩 구입하는 경우가 33.4%로 가장 많았고, 일주일에 두번은 27.2%, 하루에 한번은 26.1%였다. 주부의 연령이 적을 때 식품구입 回數가 유의적으로 많은 경향을 보였다( $p<0.01$ ).

##### 3) 식품구입者

식품구입은 응답자의 96.3%가 주부 자신이 한다고 응답하여, 식품구입의 책임이 대부분 주부 자신에게 있는 것을 알 수 있다.

##### 4) 食品구입方法 (표 8)

식품은 무엇을 살것인가 계획한 것 중 싱싱한 것을 선택하는 경우가 46.9%로 가장 많았고, 계획하지 않고 먹고 싶은 것을 구입하는 경우는 17.8%였다.

#### (3) 음식의 調理

##### 1) 食單計劃여부 (표 9)

매끼 음식의 계획에 대해서는 식단을 미리 작성하여 그대로 실천하는 경우는 전체의 5.5%에 불과하였고, 식단을 작성하지 않고 그때그때 생각하는 음식들을 만드는 경우는 전체의 94.5% 였다. 식단작성여부는 주부의 연령 및 학력에 따라 유의적으로 달라져, 주부의 연령이 낮고( $X^2=14.18$ ,  $df=4$ ,  $p<0.01$ ), 학력이 높은 군에서( $X^2=9.90$ ,  $df=4$ ,  $p<0.05$ ), 식단을 작성하는 경우가 많은 경향이어서, 손<sup>1)</sup>등의 결과와 일치하고 있다.

##### 2) 調理 擔當者

음식을 조리하는 사람은 전체의 96.8%가 주부 자신이라 응답하였고, 소수의견으로는 시어머니(1.7%), 가정부(1.1%) 등이 있었다.

##### 3) 調理時 考慮對象

음식을 조리할 때 제일먼저 염두에 두는 사람은 전체의 48.2%가 ‘남편’, 31.6%는 ‘자녀’, 9.4%는 ‘남편과

표 2. 食生活費의 内容과 貯畜額

액수(만원)	주식비	부식비	간식비	외식비	총식비	저축액	Number (%)
5 미만	66(14.5)	52(11.4)	201(44.0)	334(73.1)			
5-10	217(47.6)	118(25.9)	165(36.1)	90(19.7)	12(2.6)	69(15.8)	
10-15	117(25.7)	121(26.5)	67(14.7)	28( 6.1)			
15-20	34( 7.5)	72(15.8)	13( 2.8)	1( 0.2)	77(17.0)	92(21.0)	
20-25		58(12.7)					
25-30		13( 2.9)			141(31.1)	92(21.0)	
30-35	22( 4.8)		11( 2.4)	4( 0.9)			
35-40					116(25.6)	83(18.9)	
40-45		22( 4.8)					
45-50					58(12.8)	34( 7.8)	
50 이상					49(10.8)	68(15.5)	
평균(원)	84,375	119,781	55,779	30,573	294,106	290,000	

표 3. 가정의 총수입에 따른 식생활의 내용

총수입(만원)	50 미만	50-100	100-150	150-200	200 이상	계	비 고	Number (%)
(주식비: 만원)								
5 미만	4(11.1)	28(12.0)	15(14.2)	5(18.5)	6(30.0)	58(13.7)	$X^2=15.51$	
5-10	18(50.0)	111(47.6)	50(47.2)	14(51.9)	9(45.0)	202(47.9)	df=16	
10-15	12(33.3)	56(24.0)	32(30.2)	5(18.5)	3(15.0)	108(25.6)	N.S.	
15-20	2( 5.6)	23( 9.9)	6( 5.7)	1( 3.7)	1( 5.0)	33( 7.8)		
20 이상	0( 0.0)	15( 6.4)	3( 2.8)	2( 7.4)	1( 5.0)	21( 5.0)		
계	36(100)	233(100)	106(100)	27(100)	20(100)	422(100)		
(부식비: 만원)								
5 미만	6(16.7)	30(12.9)	8( 7.5)	1( 3.7)	0( 0.0)	45(10.7)		
5-10	20(55.6)	61(26.3)	20(18.9)	2( 7.4)	3(15.0)	106(25.2)	$X^2=79.53$	
10-15	5(13.9)	68(29.3)	32(30.2)	7(25.9)	1( 5.0)	113(26.8)	df=24	
15-20	3( 8.3)	36(15.5)	21(19.8)	4(14.8)	3(15.0)	67(15.9)	$p<0.0001$	
20-25	2( 5.6)	26(11.2)	15(14.2)	7(25.9)	6(30.0)	56(13.3)		
25-30	0( 0.0)	5( 2.2)	4( 3.8)	1( 3.7)	3(15.0)	13( 3.1)		
30 이상	0( 0.0)	6( 2.6)	6( 5.7)	5(18.5)	4(20.0)	21( 5.0)		
계	36(100)	232(100)	106(100)	27(100)	20(100)	421(100)		
(간식비: 만원)								
5 미만	26(72.2)	114(49.1)	33(31.1)	4(14.8)	1( 5.0)	178(42.3)		
5-10	10(27.8)	86(37.1)	44(41.5)	10(37.0)	7(35.0)	157(37.3)	$X^2=90.82$	
10-15	0( 0.0)	27(11.6)	23(21.7)	8(29.6)	5(25.0)	63(15.0)	df=16	
15-20	0( 0.0)	3( 1.3)	4( 3.8)	2( 7.4)	4(20.0)	13( 3.1)	$p<0.0001$	
20 이상	0( 0.0)	2( 0.9)	2( 1.9)	3(11.1)	3(15.0)	10( 2.4)		
계	36(100)	232(100)	106(100)	27(100)	20(100)	421(100)		
(외식비: 만원)								
5 미만	30(83.3)	196(84.5)	66(62.3)	8(29.6)	5(25.0)	305(72.4)		
5-10	6(16.7)	28(12.1)	31(29.2)	13(48.1)	6(30.0)	84(20.0)	$X^2=124.92$	
10-15	0( 0.0)	7( 3.0)	8( 7.5)	6(22.2)	6(30.0)	27( 6.4)	df=16	
15-20	0( 0.0)	0( 0.0)	1( 0.9)	0( 0.0)	0( 0.0)	1( 0.2)	$p<0.0001$	
20 이상	0( 0.0)	1( 0.4)	0( 0.0)	0( 0.0)	3(15.0)	4( 1.0)		
계	36(100)	232(100)	106(100)	27(100)	20(100)	421(100)		

표 4. 가족수에 따른 식생활비의 내용

가족수(명)	Number (%)										비 고
	2	3	4	5	6	7	8	9 이상	계		
(주식비:만원)											
5 미만	2(100.0)	8(28.6)	21(23.1)	20(12.9)	10( 9.8)	2( 4.3)	1( 5.3)	2(18.2)	66(14.5)		
5-10	0( 0.0)	11(39.3)	55(60.4)	84(54.2)	43(42.2)	18(39.1)	4(21.1)	1( 9.1)	216(47.6)	X <sup>2</sup> =82.77	
10-15	0( 0.0)	7(25.0)	11(12.1)	32(20.6)	33(32.4)	15(32.6)	12(63.2)	6(54.5)	116(25.6)	df=28	
15-20	0( 0.0)	0( 0.0)	1( 1.1)	13( 8.4)	9( 8.8)	9(19.6)	1( 5.3)	1( 9.1)	34( 7.5)	p<0.0001	
20 이상	0( 0.0)	2( 7.1)	3( 3.3)	6( 3.9)	7( 6.9)	2( 4.3)	1( 5.3)	1( 9.1)	22( 4.8)		
계	2(100)	28(100)	91(100)	155(100)	102(100)	46(100)	19(100)	11(100)	454(100)		
(부식비:만원)											
5 미만	0( 0.0)	3(10.3)	12(13.2)	18(11.6)	11(10.8)	3( 6.7)	5(26.3)	0( 0.0)	52(11.5)		
5-10	1( 50.0)	8(27.6)	20(22.0)	41(26.5)	23(22.5)	17(37.8)	2(10.5)	5(45.5)	117(25.8)	X <sup>2</sup> =60.80	
10-15	1( 50.0)	12(41.4)	19(20.9)	35(22.6)	31(30.4)	10(22.2)	9(47.4)	3(27.3)	120(26.4)	df=42	
15-20	0( 0.0)	4(13.8)	18(19.8)	31(20.0)	11(10.8)	6(13.3)	0( 0.0)	2(18.2)	72(15.9)	p<0.05	
20-25	0( 0.0)	1( 3.4)	12(13.2)	24(15.5)	12(11.8)	6(13.3)	2(10.5)	1( 9.1)	58(12.8)		
25-30	0( 0.0)	0( 0.0)	8( 8.8)	2( 1.3)	3( 2.9)	0( 0.0)	0( 0.0)	0( 0.0)	13( 2.9)		
30 이상	0( 0.0)	1( 3.4)	2( 2.2)	4( 2.6)	11(10.8)	3( 6.7)	1( 5.3)	0( 0.0)	22( 4.8)		
계	2(100)	29(100)	91(100)	155(100)	102(100)	45(100)	19(100)	11(100)	454(100)		
(간식비:만원)											
5 미만	1( 50.0)	12(41.4)	37(40.7)	67(43.2)	45(43.7)	21(46.7)	10(52.6)	7(63.6)	200(44.0)		
5-10	0( 0.0)	12(41.4)	31(34.1)	62(40.0)	32(31.1)	16(35.6)	8(42.1)	3(27.3)	164(36.0)	X <sup>2</sup> =36.17	
10-15	0( 0.0)	4(13.8)	14(15.4)	22(14.2)	19(18.4)	6(13.3)	1( 5.3)	1( 9.1)	67(14.7)	df=28	
15-20	1( 50.0)	0( 0.0)	3( 3.3)	3( 1.9)	5( 4.9)	1( 2.2)	0( 0.0)	0( 0.0)	13( 2.9)	N.S.	
20 이상	0( 0.0)	1( 3.4)	6( 6.6)	1( 0.6)	2( 1.9)	1( 2.2)	0( 0.0)	0( 0.0)	11( 2.4)		
계	2(100)	29(100)	91(100)	155(100)	103(100)	45(100)	19(100)	11(100)	455(100)		
(외식비:만원)											
5 미만	2(100.0)	19(65.5)	67(73.6)	116(74.8)	75(72.8)	32(71.1)	15(78.9)	7(63.6)	333(73.2)		
5-10	0( 0.0)	4(13.8)	19(20.9)	30(19.4)	19(18.4)	11(24.4)	3(15.8)	4(36.4)	90(19.8)	X <sup>2</sup> =25.23	
10-15	0( 0.0)	4(13.8)	5( 5.5)	8( 5.2)	7( 6.8)	2( 4.4)	1( 5.3)	0( 0.0)	27( 5.9)	df=28	
15-20	0( 0.0)	0( 0.0)	0( 0.0)	0( 0.0)	1( 1.0)	0( 0.0)	0( 0.0)	0( 0.0)	1( 0.2)	N.S.	
20 이상	0( 0.0)	2( 6.9)	0( 0.0)	1( 0.6)	1( 1.0)	0( 0.0)	0( 0.0)	0( 0.0)	4( 0.9)		
계	2(100)	29(100)	91(100)	155(100)	103(100)	45(100)	19(100)	11(100)	455(100)		

표 5. 家計簿 記入여부

					Number (%)	
상황변수	집 단	기입한다	기입하지 않는다	계	비 고	
연 령(세)	20- 29	8(66.7)	4( 33.3)	12(100.0)	$X^2=11.10$ df=4 $p<0.05$	
	30- 39	66(38.2)	107( 61.8)	173(100.0)		
	40- 49	69(31.7)	149( 68.3)	218(100.0)		
	50- 59	12(23.5)	39( 76.5)	51(100.0)		
	60 이상	0( 0.0)	2(100.0)	2(100.0)		
	계	155(34.0)	301( 66.0)	456(100.0)		
학 력	국졸이하	10(14.5)	59( 85.5)	69(100.0)	$X^2=23.57$ df=4 $p<0.001$	
	중 졸	43(30.3)	99( 69.7)	142(100.0)		
	고 졸	76(37.8)	125( 62.2)	201(100.0)		
	대졸이상	25(55.6)	20( 44.4)	45(100.0)		
	계	154(33.7)	303(66.3)	457(100.0)		
가정의 총수입 (만원)	50 미만	4(11.1)	32( 88.9)	36(100.0)	$X^2=18.01$ df=4 $p<0.01$	
	50-100	76(32.6)	157( 67.4)	233(100.0)		
	100-150	48(45.3)	58( 54.7)	106(100.0)		
	150-200	10(37.0)	17( 63.0)	27(100.0)		
	200 이상	11(55.0)	9( 45.0)	20(100.0)		
	계	149(35.3)	273( 64.7)	422(100.0)		

표 6. 食品購入處

								Number (%)	
상황변수	집단	큰시장	동네수퍼	백화점수퍼	이동트럭	기 타	계	비 고	
주부의 직업	유	62(44.0)	66(46.8)	11(7.8)	0(0.0)	2(1.4)	141(100.0)	$X^2=10.67$ df=4 $p<0.05$	
	무	176(55.7)	121(38.3)	10(3.2)	4(1.3)	5(1.6)	316(100.0)		
	계	238(52.1)	187(40.9)	21(4.6)	4(0.9)	7(1.5)	457(100.0)		

표 7. 食品購入回數

							Number (%)	
연 령 (세)	하루에 두세번	하루에 한 번	이틀에 한 번	일주일 에 두 번	기 타	계	비 고	
20-29	0(0.0)	4(33.3)	6(50.0)	1( 8.3)	1( 8.3)	12(100)	$X^2=32.60$ df=16 $p<0.01$	
30-39	4(2.4)	46(27.2)	62(36.7)	48(28.4)	9( 5.3)	169(100)		
40-49	9(4.2)	58(27.0)	72(33.5)	51(23.7)	25(11.6)	215(100)		
50-59	0(0.0)	9(17.6)	9(17.6)	22(43.1)	11(21.6)	51(100)		
60이상	0(0.0)	0( 0.0)	1(50.0)	0( 0.0)	1(50.0)	2(100)		
계	13(2.9)	117(26.1)	150(33.4)	122(27.2)	47(10.5)	449(100)		

자녀', 6.6%는 '부모님', 2.2%는 '주부자신', 2.0%는 '모든식구'라고 응답하였다. 김<sup>13)</sup> 등의 연구에서도 대부분의 주부들이 남편과 자녀위주로 음식을 만든다고 하였으며, Cosper의 연구<sup>14)</sup>에서도 주부가 새로운 음식을 시도하게 되는 것은 남편의 영향이 가장 크다고 밝히고 있다.

4) 調理時 重要度 (표 10)

음식을 만들때 가장 중요하게 생각하는 요소는 전체의 64.4%가 '가족의 식성 및 기호'를 들었고, 19.5

%는 '영양가', 13.9%는 '음식의 맛', 2.2%는 '식품의 가격'을 들었다. 주부의 학력이 높은 군에서는 가족의 식성 다음으로 영양가를 들었고, 학력이 낮은 군에서는 음식의 맛을 들어( $p<0.05$ ), 김<sup>15)</sup>의 연구와 일치하고 있다.

5) 比重이 큰 食事

하루 중 가장 중점을 두는 식사는 저녁식사라고 전체의 66.2%가 응답하였고, 30.6%는 아침식사, 3.3%는 점심식사를 들었다. 이것은 김<sup>15)</sup>, 임<sup>16)</sup>의 결과와 유사

하였으며, 주부의 연령이나, 가족의 형태에 따른 유의적인 차이는 없었다.

6) 김치담는 回數

김치는 한달에 두번 담는 경우가 전체의 39.6%로

가장 많았고, 한달에 세번은 25.3%, 한달에 한번은 22.2%, 한달에 네번은 12.1%, 기타 0.9% 였다.

유<sup>17)</sup>의 서울지역에서의 조사에서는 7-10일에 한번 담는 경우가 가장 많았다.

7) 한끼의 반찬수 (표 11) (표 12)

한끼의 반찬수는 4-5가지가 43.2%, 6-7가지가 33.8%, 8-9가지는 17.9%, 2-3가지는 5.1%로 평균 5.9 가지 였다.

표 8. 食品購入方法

내 용	N	%
계획한 것 중 싱싱한 것 선택	216	46.9
계획한 것 중 값이 싼 것 선택	62	13.4
계획하지 않고 싱싱한 것 선택	66	14.3
계획하지 않고 값이 싼 것 선택	27	5.9
계획하지 않고 먹고 싶은 것 선택	82	17.8
계획하지 않고 요리하기	8	1.7
쉬운 것 선택		
계	461	100.0

표 12. 한끼의 총 반찬수

총 반찬수	N	%
2-3	23	5.1
4-5	195	43.2
6-7	152	33.8
8-9	81	17.9
계	451	100.0

표 9. 食單計劃여부

상황변수	집 단	식단을 미리 작성하여 그대로 실천한다	식단을 작성하지 않는다	계	비 고
연 령(세)	20-29	3(25.0)	9( 75.0)	12(100)	
	30-39	13( 7.6)	158( 92.4)	171(100)	$X^2=14.18$
	40-49	9( 4.1)	209( 95.9)	218(100)	$df=4$
	50-59	0( 0.0)	52(100.0)	52(100)	$p<0.01$
	60 이상	0( 0.0)	2(100.0)	2(100)	
계		25( 5.5)	430( 94.5)	455(100)	
학 력	국졸이하	2( 2.9)	68( 97.1)	70(100)	
	중 졸	6( 4.2)	136( 95.8)	142(100)	$X^2=9.90$
	고 졸	10( 5.1)	188( 94.9)	198(100)	$df=4$
	대졸이상	7(15.2)	39( 84.8)	46(100)	$p<0.05$
계		25( 5.5)	431( 94.5)	456(100)	

표 10. 음식 調理時 重要度

상황변수	집 단	가족의 식성 및 기호	영양가	음식의 맛	식품가격	계	비 고
주부의 학력	국졸이하	36(51.4)	13(18.6)	17(24.3)	4(5.7)	70(100.0)	
	중 졸	92(65.7)	21(15.0)	26(18.6)	1(0.7)	140(100.0)	$X^2=25.3$
	고 졸	130(66.3)	46(23.5)	16( 8.2)	4(2.0)	196(100.0)	$df=12$
	대졸이상	33(71.7)	8(17.4)	4( 8.7)	1(2.2)	46(100.0)	$p<0.05$
계		291(64.4)	88(19.5)	63(13.9)	10(2.2)	452(100.0)	

표 11. 한끼의 반찬内容

가지수\내용	국이나 찌개	김 치	나 물	조림, 구이, 튀김	젓 갈	기 타
없 다	3( 0.7)	2( 0.4)	60(13.3)	63(14.0)	290(64.3)	366(81.3)
한가지	370(81.3)	145(32.2)	288(63.9)	314(69.6)	153(33.9)	44( 9.8)
두가지	64(14.1)	237(52.5)	81(18.0)	68(15.1)	7( 1.6)	37( 8.2)
세가지이상	18( 4.0)	67(14.9)	22( 4.9)	6( 1.3)	1( 0.2)	3( 0.7)

표 13. 끼니別 食事準備時間(분)

상황변수	집단	30 미만	30-60	60-90	90-120	120 이상	계	비 고
Number (%)								
(아침식사)								
주부의 직업	유	3(2.2)	14(10.1)	41(29.7)	49(35.5)	31(22.5)	138(100.0)	X <sup>2</sup> =13.96 df=4 p<0.01
	무	1(0.3)	23( 7.4)	81(26.0)	87(28.0)	119(38.3)	311(100.0)	
계		4(0.9)	37( 8.2)	122(27.2)	136(30.3)	150(33.4)	449(100.0)	평균 96.2 분
(점심식사)								
주부의 직업	유	48(35.6)	43(31.9)	32(23.7)	6( 4.4)	6( 4.4)	135(100.0)	X <sup>2</sup> =22.69 df=4 p<0.001
	무	50(16.2)	127(41.1)	110(35.6)	12( 3.9)	10( 3.2)	309(100.0)	
계		98(22.1)	170(38.3)	142(32.0)	18( 4.1)	16( 3.6)	444(100.0)	평균 41.6분
(저녁식사)								
주부의 직업	유	2( 1.5)	11( 8.2)	34(25.4)	36(26.9)	51(38.1)	134(100.0)	X <sup>2</sup> =2.87 df=4 N.S
	무	2( 0.6)	15( 4.8)	84(27.1)	82(26.5)	127(41.0)	310(100.0)	
계		4( 0.9)	26( 5.9)	118(26.0)	118(26.6)	178(40.1)	444(100.0)	평균 98.7분

표 14. 食生活管理時 어려운점

내 용	N	%
식품비가 비싸고 식비가 충분치 못함	256	58.0
가족의 식성 맞추기	73	16.6
식단작성	49	11.1
김치담그기	31	7.0
음식의 조리	14	3.2
설겅이	10	2.3
식품구입	8	1.8
계	441	100.0

국이나 찌개는 보통 한가지였으며, 김치는 두가지, 나물은 한가지, 조림이나 구이, 튀김 등은 한가지가 가장 많았다.

8) 상차림 回數

상차림 回數는 하루 세번이 49.1%로 가장 많았고, 두번은 22.4%, 네번은 16.4%였다. 하루의 상차림 回數는 가족수가 많을수록 유의적으로 많은 경향을 보였다 (X<sup>2</sup>=55.22, df=28, p<0.01).

(4) 식사準備時間 (표 13)

아침식사를 준비하고 뒷처리하는 데 소요되는 시간은 120분 이상이 33.4%로 가장 많았고, 90-120분은 30.3%, 60-90분은 27.2%로 평균 96.2분이었다.

주부가 직업이 있을 때 소요되는 시간이 유의적으로

짧은 경향을 보였다(p<0.01). Goebel<sup>18)</sup> 및 Ortiz<sup>9)</sup> 등의 연구에서도 주부가 직업이 있을 때 식사준비 및 뒷처리시간이 짧아진다고 보고되었다.

점심식사준비 및 뒷처리 소요시간은 평균 41.6분으로 30-60분이 38.3%, 60-90분이 32.0%, 30분 미만이 22.1%로 아침식사 때 보다 적게 드는 것을 알 수 있다. 주부가 직업이 있을 때 소요시간은 유의적으로 적게 드는 경향이였다(p<0.001).

저녁식사 준비 및 뒷처리 소요시간은 평균 98.7분으로, 120분 이상이 40.1%, 60-90분이 26.0%, 90-120분이 26.6%였으며, 주부의 직업 有無와는 無關하였다.

(5) 食생활 관리時 어려운점 (표 14)

食생활 관리시 어려운 점은 '식품비가 비싸고 식비가 충분치 못함'이 58.0%로 가장 많았고, '가족의 식성맞추기'는 16.6%, '식단작성'은 11.1%가 어려운 점으로 응답하였다.

IV. 結 論

1. 一般環境實態

全北地域 主婦들의 食生活管理 實態를 調查하기 위해 1991년 5월 부터 6월 까지 전북지역에 거주하는 주부 464명을 대상으로 設問紙를 통하여 얻은 結果는 다음과 같다.

연령은 40代(47.8%)가 가장 많았고, 거주지는 대부분



市지역(90.3%)이었으며, 가족수는 평균 5.3명, 가족의 형태는 核家族이 81.0%, 주택의 형태는 단독주택이 69.8%였다.

주부의 學歷은 高卒(43.8%)이 가장 많았고, 職業을 갖고있는 경우는 30.7%였다. 가정의 월평균 총수입은 50-100만원이 전체의 55.2%로 가장 많았다.

## 2. 食生活 管理實態

### (1) 食生活費의 計劃 및 內容

食費의 豫算과 管理는 主婦가 주로하고 있었으며(93.3%), 한달의 總食費는 20-30만원 (31.1%), 主食費는 5-10만원 (47.6%), 副食費는 10-15만원 (26.5%), 間食費는 5만원 미만 (44.0%), 外食費도 5만원 미만 (73.1%)이 가장 많았다.

가계부는 전체의 34.0%가 가입하였고, 주부의 연령이 적을 때( $p < 0.05$ ), 학력이 높을 때 ( $p < 0.001$ ), 가정의 총수입이 많을 때 ( $p < 0.01$ ), 가계부를 가입하는 경우가 유의적으로 많은 경향을 보였다.

### (2) 食品의 購入

식품은 주로 큰 시장에서 구입하며(52.1%), 구입횟수는 이틀에 한번씩이 가장 많았고(33.4%), 食品購入者는 주로 주부였으며(96.3%), 購入方法은 무엇을 살 것인가를 미리 계획한 것중 싱싱한 것을 선택하는 경우가 가장 많았다(46.9%).

### (3) 음식의 調理

食單을 사전에 계획하여 그대로 실천하는 경우는 전체의 5.5%에 불과하였고, 주부의 연령이 낮고( $p < 0.01$ ), 학력이 높은 군에서( $p < 0.05$ ) 食單作成率이 높은 경향을 보였다. 조리담당자는 주로 주부였으며(96.8%), 음식을 조리할 때 제일 먼저 염두에 두는 사람은 남편(48.2%)이었으며, 음식을 만들 때 가장 중요하게 생각하는 것은 전체의 64.4%가 가족의 식성과 嗜好를 들었다.

하루중 가장 중점을 두는 식사는 저녁식사였으며(66.2%), 김치담는 回數는 한달에 두번이 전체의 39.6%로 가장 많았다.

한끼의 반찬 수는 4-5가지가 43.2%로 가장 많았고, 하루 상차림 回數는 세번으로 응답한 경우가 49.1%로 가장 많았다.

### (4) 식사준비시간

아침 및 점심식사준비 및 뒷처리 소요시간은 각각 96.2분, 41.6분으로 주부가 職業이 있을때 소요시간은 유의적으로 적게 드는 경향이였다( $p < 0.01$ ,  $p < 0.001$ ).

저녁식사의 준비 및 뒷처리 소요시간은 98.7분이었으며 주부의 직업 有無와는 무관하였다.

### (5) 食생활관리時 어려운 점

食생활 관리時 가장 어려운 점은 '식품비가 비싸고 食費가 충분치 못한 점' (58.0%)이었고, '가족의 食性 맞추기' (16.6%), '食單作成' (11.1%) 순 이었다.

이상의 결과들을 살펴볼때, 가계부가입과 식단작성율이 매우 저조한 것으로 나타나, 보다 計劃的인 食生活管理가 요망된다고 보겠다. 즉, 經濟的으로 합리적인 食생활이 될 수 있도록 食費의 豫算세우기에서 부터 식품의 選定, 購買 및 조리법, 營養과 가족의 기호를 고려한 식단작성법등에 대한 보다 실질적이고 구체적인 교육이 필요하다고 생각된다. 또한 각 가정의 주부들이 쉽게 접할 수 있도록 가격과 영양을 고려한 다양한 식단들이 개발되어 대중매체를 통해 널리 홍보되어야 할 것으로 사료된다.

## 참고문헌

1. 孫敬喜, 文秀才, 李旼俊, 崔恩靜, 黃惠善, 李明熙, 대한 가정학회지, **26** (4), 53, 1988.
2. 牟壽美, 崔惠美, 林賢淑, 朴陽子, 지역사회영양학, p. 41, 한국방송통신대학 출판부, 1991.
3. Eckstein, Food, People and Nutrition, pp. 211-216, AVI, 1980.
4. Kinder, Green, Harris, Meal Management, pp. 1-2, Macmillan, 1984.
5. 牟壽美, 한국영양학회지 **19** (2), 120, 1986.
6. 玄己順, 식생활관리학, p. 24, 교문사, 1985.
7. 김미리, 한국영양식량학회지 **13** (1), 107, 1984.
8. 장현숙, 대한가정학회지 **26** (4), 15, 1988.
9. Ortiz B, MacDonald M., Ackerman N and Goebel K., *Home. Econ. Reser. J.*, **9**(3), 200, 1981.
10. Hafstrom J.L. and Schram V.R., *Home. Econ. Reser. J.*, **11** (3), 245, 1983.
11. 張明郁, 서울대학교 가정대학 논문집, **1**, 21, 1976.
12. 경제기획원 조사통계국, 한국통계월보, p. 99, 1991.
13. 金基男, 牟壽美, 한국영양학회지, **9** (1), 25, 1976.
14. Cospser B.A. and Wakefield L.M., *J. Am. Diet. Asso.*, **66** (Feb), 152, 1975.
15. 김혜경, 대한가정학회지, **25** (2), 5, 1987.
16. 임국이, 대한가정학회지, **22** (1), 117, 1984.
17. 劉永祥, 대한가정학회지, **18** (1), 53, 1980.
18. Goebel K.P. and Hennon C.B., *Home. Econ. Reser. J.*, **12** (2), 169, 1983.