

수원지역 食生活 形態에 관한 研究

송 병 진·홍 성 야*

인하대학교 교육대학원 인하대학교 가정대학 식품영양학과*

A study on the Dietary Pattern in surone

Byung Jin Song and Sung Ya Hong

Graduate School of Education, Inha University. Dept. of Food and Nutrition, Inha University.

Abstract

This study aims to get basic data on the usual dietary forms of many Korean families bringing up either elementary, or junior high or senior high students. Our interest is focused on which factor is decisive in shaping their diet, which way of cooking is preferred and how the Korean traditional way of diet is preserved.

407 of housewives of Suwon city answered the questions, and the result shows that more than half of them (54.1%) decide the contents of their diet according to their husbands' taste 77.4% of them regard dinner as the most important meal. The number of side dishes are usually 3 or 4 (57.2%). In preparing their diet, 41% take account of 'taste' first, but for many of college graduate housewives 'nutrition' is the primary concern.

As for main dish, cooked rice (55.3%), and soybean soup (66.1%) are preferred. Both meat and fish are commonly grilled. 83.1% of them enjoy dining out once or twice a month, and when they dine out, Korean-style restaurant is preferred (43.7%). The most frequently used processed food is ham (19.2%), and secondly, ramyon (17.8%).

적을 두었다.

I. 서 론

본 연구는 가족의 건강을 위해서 식사를 준비하는 주부들이 식생활에서 어떤 점에 중점을 두며, 식단 구성의 형태에서 어떤 조리법을 이용하며, 飯床의 전통성이 얼마나 유지되고 있는가를 조사 분석하여 교육의 현장에서 올바른 식생활 관리를 지도하는데 기초자료로 하는데 목

II. 연구방법

1. 조사 대상자

수원 시내에 거주하는 유치원, 초·중·고등학교 학생들의 어머니들을 대상으로하였으며, 교사들을 통해 학생들 500명에게 설문지를 배부하였고, 회수된 430명

(회수율 : 86%)중에서 기록이 완전한 407명의 설문지를 선정하였다.

2. 조사 기간

1990년 3월 6일~1990년 3월 16일

3. 조사내용

조사 대상자의 일반 환경에 대하여 8문항, 식사 형태에 관한 8문항, 가공 식품에 대한 4문항을 만들어 조사하였고, 3일간의 식사 내용을 아침, 점심, 저녁으로 나누어 음식명과 재료명을 기록하도록 하였다.

4. 자료 처리 방법

모든 자료는 Computer Program Package인 SPSS를 사용하여 분석하였다.

III. 결과 및 고찰

1. 조사대상자의 일반환경

조사대상자의 일반환경을 조사한 결과는 표 1과 같다. 연령분포는 30대가 51.1%로 가장 많았고 교육수준은 45.9%가 고졸였으며 중졸, 국졸, 대졸의 순이었다. 월수입은 50~69만원이 가정이 34.2%로 가장 많았고 남편의 직업은 35.1%가 회사원, 다음이 상업, 공무원의 순이었다. 주부의 경우 직업을 갖고 있는 경우가 30%였다. 가족 구성원은 대부분(74.4%)이 핵가족이었으며 시부모동거 가정이 13.8% 친정부모 동거 가정이 3.9%였다. 가계소비형태를 알아보기 위해 조사대상자의 Engel계수를 내 본 결과 56이상인 27.8%로 가장 많은 반면 30이하인 24.0%였다. 평균 Emgel계수는 41.2로서 이는 건강을 유지할 수 있는 정도의 수준으로 해석되며 수원지역 가계 소비 형태는 문화생활을 하거나 여유 있는 생활을 하는 것은 아닌것으로 생각된다.

2. 식사형태

1) 식사내용 결정

어린 자녀를 가진 20, 30대 연령층에서 남편 중심의 비율이 높게 나타나 유의차를 나타냈다. 이는 가족의 구조가 핵가족화 하면서도 가부장제의 의식구조가 그대로 남아 있음을 엿볼 수 있다.

표 1. 조사대상자의 일반환경

상황변수	집단	N	%
주부의 연령 (세)	← 29	5	1.2
	30~39	208	51.1
	40~49	174	42.8
	50→	20	4.9
주부의 교육수준	← 국졸	47	11.6
	중 졸	128	31.4
	고 졸	187	45.9
	대졸→	45	11.1
가정의수입 (만원)	← 29	9	2.2
	30~49	64	15.7
	50~69	139	34.2
	70~89	89	21.9
	90~109	47	11.5
	110~129	26	6.4
	130~149	19	4.7
150→	14	3.4	
주부의 직업유무	유	122	30.0
	무	285	70.0
남편의직업	회 사 원	143	35.1
	공 무 원	52	12.8
	상 업	65	16.0
	운 수 업	25	6.2
	사 업	31	7.6
	낙 농 업	5	1.2
	교 사	16	3.9
	진 축 업	23	5.7
	임 대 업	2	0.5
	노 동	14	3.4
	자 유 업	9	2.2
	공 업	3	0.7
	기 타	19	4.7
	가족의형태	시부모동거	56
친정 부모 동 거		16	3.9
형제 자매 동 거		32	7.9
핵 가 족		303	74.4
계		407	100.0

2) 중점을 두는 끼니

표3에서 보는바와 같이 모든 계층에서 저녁식사에 중

표 2. 식단 내용의 결정

상황변수	집단	자녀중심	남편중심	주부중심	조부모중심	계	Chi-Square
		N (%)	N (%)	N (%)	N (%)		
연령별	← 29	0	4(80.0)	1(20.0)	0	5(100.0)	P=0.018*
	30~39	54(26.0)	125(60.1)	19(9.1)	10(4.8)	208(100.0)	
	40~49	75(43.1)	80(46.0)	15(8.6)	4(2.3)	174(100.0)	
	50→	9(45.0)	11(55.0)	0	0	20(100.0)	
계		138(33.9)	220(54.1)	35(8.6)	14(3.4)	407(100.0)	

* P ≤ 0.05 ** P ≤ 0.01

표 3. 중점을 두는 끼니

상황변수	집단	아침	점심	저녁	간식	계	Chi-Square
		N (%)	N (%)	N (%)	N (%)		
연령별	← 29	3(60.0)	0	2(40.0)	0	5(100.0)	P=0.0001***
	30~39	29(13.9)	4(1.9)	175(84.1)	0	208(100.0)	
	40~49	45(25.9)	5(2.9)	124(71.3)	0	174(100.0)	
	50→	5(25.0)	0	14(70.0)	1(5.0)	20(100.0)	
수입별	← 29	6(66.7)	0	3(33.3)	0	9(100.0)	P=0.0014**
	30~69	52(25.6)	4(2.0)	146(71.9)	1(0.5)	203(100.0)	
	70~109	16(11.8)	1(0.7)	119(87.5)	0	136(100.0)	
	110~129	3(11.5)	2(7.7)	21(80.8)	0	26(100.0)	
	130→	5(15.2)	2(6.1)	26(78.8)	0	33(100.0)	
계		82(20.1)	9(2.2)	315(77.4)	1(0.2)	407(100.0)	

* P ≤ 0.05 ** P ≤ 0.01 *** P ≤ 0.001

점을 두는 비율이 높아 이¹⁾의 연구와 일치했으며 연령별, 수입별 모두 유의차가 있었다. 1일 활동량에 따른 에너지 소비량 변화가 점심시간 전후해서 결정을 이룬다는 사실과 비교할 때 영양소 섭취와 에너지 소모간의 불균형이 일어날 가능성을 짐작할 수 있다.

3) 반찬의 수

반찬의 수는 3~4가지가 57.2%로 가장 높았는데 수입이 29만원 이하인 경우 1~2가지가 55.6%였으며 130만원 이상인 경우 5~76가지가 27.3%나 되고 있다. 반찬의 수는 수입과 관계가 크다는 것을 알 수 있다. 선행연구에서 원하는 반찬수를 조사한 결과 3~4가지가 70%로 나타난³⁾ 것과 비교해 볼 때 영양을 균형있게 작성한 3첩 정도의 식단이면 심리적으로 만족된 식사가 될 가능성을 보여주었다.

4) 식단 실행시 중점을 두는 요소

식단을 실행할 때 중점을 두는 요소로는 식성, 영양, 맛의 순이었다. 안⁴⁾의 조사 결과인 맛, 영양의 순서와 유⁵⁾의 식성, 맛, 영양의 순서와 비교하면 다소의 차이가 있었다.

5) 음식별·식품별 조리

(1) 밥은 흰밥, 콩밥, 보리밥의 순으로 나타났는데 학력이 높아질 수록 흰밥의 비율은 감소하나 유의차는 없었다.

(2) 국이나 찌개는 된장찌개가 가장 많았고 그 다음이 맑은장국 고추장찌개 순이었다. 연령이 많아질수록 된장찌개의 비율이 높아 50대에서는 90.0%나타났다.

(3) 육류의 조리는 구이, 국, 찌개, 순으로 높았는데 손⁶⁾ 등의 연구 결과인 구이, 찜, 튀김의 순서와는 약간의

표 4. 반찬수

상황변수	집단	1~2가지	3~4가지	5~6가지	7가지 →	계	Chi-Square
		N(%)	N(%)	N(%)	N(%)		
수입별	← 29	5(55.6)	2(22.2)	1(11.1)	1(11.1)	9(100.0)	P=0.0000***
	30~69	66(32.5)	112(55.2)	23(11.3)	2(1.0)	203(100.0)	
	70~109	33(24.3)	83(61.0)	19(14.0)	1(0.7)	136(100.0)	
	110~129	4(15.4)	18(69.2)	4(15.4)	0	26(100.0)	
	130 →	6(18.2)	18(54.5)	9(27.3)	0	33(100.0)	
계		114(28.0)	233(57.2)	56(13.8)	4(1.0)	407(100.0)	

*P≤0.01 ***P≤0.001

표 5. 식단실행시 중점을 두는 요소

상황변수	집단	맛	영양	식성	시간	비용	계	Chi-Square
		N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)		
학력별	← 국졸	12(25.5)	9(19.1)	21(44.7)	1(2.1)	4(8.5)	47(100.0)	P=0.3928
	중 졸	33(25.8)	35(27.3)	49(38.3)	0	11(8.6)	128(100.0)	
	고 졸	38(20.3)	56(29.9)	80(42.8)	1(0.5)	12(6.4)	187(100.0)	
	대졸 →	6(13.3)	19(42.2)	17(37.8)	1(2.2)	2(4.4)	45(100.0)	
계		89(21.9)	119(29.3)	167(41.0)	3(0.7)	29(7.1)	407(100.0)	

*P≤0.05

차이가 있었다. 저연령층은 주로 국이나 찌개를 선호하였고 고학력층은 구이의 선호율이 높았다.

(4) 생선의 조리는 구이, 조림, 튀김의 순으로 높았는데 손⁷⁾의 연구 결과인 구이, 튀김, 찌개의 순서와는 약간의 차이가 있었다. 고연령층일수록 또는 고학력층일수록 구이의 비율이 높았으나 유의차는 없었다.

(5) 채소의 경우 숙채와 생채의 순이었으나 이 두가지를 합한 나물로의 조리는 89.7%로서 채소조리의 대부분을 차지하였다.

6) 외식의 횟수와 종류

(1) 외식 횟수

외식횟수는 거의 월 1~2회 정도였으며 85년에 조사한 이⁸⁾등의 연구 결과와 비교하면 외식의 인구가 증가하고 있음을 알 수 있다. 고소득일수록 외식 횟수가 증가되고 있음도 엿볼 수 있다.

2) 외식의 종류

외식의 종류는 우리나라 음식을 가장 선호하며 손⁹⁾등의 연구와 일치한다. 그 다음으로 중국음식, 서양음식의

순이며 일본음식은 1.2%로서 가장 적게 나타났다. 연령별로 보면 저연령일수록 우리나라 음식의 선택 비율이 높았고 50대에서는 우리나라 음식과 중국음식의 선택 비율이 거의 비슷하였다. 수입별로 보면 소득이 월 110~129만 미만인 가정에서는 서양음식 선호가 높았으며 130만원 이상인 가정에서는 우리나라 음식 선호가 가장 많았다. 저소득층에서는 분식집이나 스텍코너도 이용하고 있으나 소득이 높은층에서는 스텍류나 분식류의 외식은 하지 않는 것으로 나타나 수입에 따른 유의차가 있었다.

(3) 가공식품의 이용

① 가공식품의 이용도

햄류 19.2% 라면류 17.8% 참치 13.1% 소시지 9.0% 어묵 8.7%의 순으로 이용하고 있으며 육가공의 수요가 증가된다는 윤¹⁰⁾의 연구와 일치하였다. 연령별로 보면 연령이 많아질수록 소시지와 어묵의 이용율은 감소하고 라면의 이용율은 증가하는 경향이 있었다. 학력별로 보면 학력이 높아질수록 햄류와 참치의 이용율은

표 6. 음식별·식품별 조리

집 단	밤										육류 음식										생선 음식										채소 음식																			
	회남	풍합	팔합	현미밥	보리밥	토장국	맑은장국	맑은장국	국	구이	조림	튀김	찜	찌개	구이	찌개	조림	진	튀김	부음	생채	숙채	부음	진	튀김	계																								
←29	4	1	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	3	2	0	1	2	0	2	0	3	1	1	0	0	5																								
	(80.0)	(20.0)						(40.0)					(60.0)			(20.0)	(40.0)		(40.0)		(60.0)	(20.0)	(20.0)			(100.0)																								
30~39	118	50	6	4	30	24	26	43	76	33	9	18	29	23	62	23	62	0	57	2	71	116	17	2	2	208																								
	(56.7)	(24.0)	(2.9)	(1.9)	(14.4)	(11.5)	(12.5)	(20.7)	(36.5)	(15.9)	(4.3)	(8.7)	(13.9)	(11.1)	(29.8)	(11.1)	(29.8)		(27.4)	(1.0)	(34.1)	(55.8)	(8.2)	(1.0)		(100.0)																								
40~49	90	53	2	4	25	6	30	42	67	11	10	5	39	24	46	23	46	4	39	2	59	97	16	2	0	174																								
	(51.7)	(30.5)	(1.1)	(2.3)	(14.4)	(3.4)	(17.2)	(24.1)	(38.5)	(6.3)	(5.7)	(2.9)	(22.4)	(13.8)	(26.4)	(13.2)	(26.4)	(2.3)	(22.4)	(1.1)	(33.9)	(55.7)	(9.2)	(1.1)		(100.0)																								
50→	13	1	2	1	3	0	2	2	7	5	1	1	4	0	2	4	4	0	5	1	13	5	2	0	0	20																								
	(65.0)	(5.0)	(10.0)	(5.0)	(15.0)		(10.0)	(10.0)	(35.0)	(25.0)	(5.0)	(5.0)	(20.0)		(40.0)	(10.0)	(20.0)		(25.0)	(5.0)	(65.0)	(25.0)	(10.0)			(100.0)																								
Chi-Square	P=0.2850										P=0.0012**										P=0.0117*										P=0.6961										P=0.4358									
←국물	33	8	2	0	4	2	6	10	9	9	0	2	17	6	14	14	0	12	2	17	27	3	0	0	0	47																								
	(70.2)	(17.0)	(4.3)	(8.5)	(8.5)	(4.3)	(12.8)	(21.3)	(19.1)	(19.1)		(4.3)	(36.2)	(12.8)	(29.8)	(29.8)		(25.5)	(4.3)	(36.2)	(57.4)	(6.4)				(100.0)																								
중물	76	30	3	4	15	8	24	26	44	16	6	5	31	26	42	20	42	1	27	2	57	62	8	1	0	128																								
	(59.4)	(23.4)	(2.3)	(3.1)	(11.7)	(6.3)	(18.8)	(20.3)	(34.4)	(12.5)	(4.7)	(3.9)	(24.2)	(8.6)	(32.8)	(15.6)	(32.8)	(0.8)	(21.1)	(1.6)	(44.5)	(48.4)	(6.3)	(0.8)		(100.0)																								
고물	94	55	5	4	29	15	20	45	73	21	12	13	23	45	47	20	47	3	50	1	64	99	20	2	2	187																								
	(60.3)	(29.4)	(2.7)	(2.1)	(15.5)	(8.0)	(10.7)	(24.1)	(39.0)	(11.2)	(6.4)	(7.0)	(12.3)	(24.1)	(25.1)	(10.7)	(25.1)	(1.6)	(26.7)	(0.5)	(34.2)	(52.9)	(10.7)	(1.1)		(100.0)																								
대물→	22	12	0	1	10	5	8	8	24	3	2	4	4	17	3	11	0	14	0	8	31	5	1	0	45																									
	(48.9)	(26.7)		(2.2)	(22.2)	(11.1)	(17.8)	(17.8)	(53.3)	(6.7)	(4.4)	(8.9)	(8.9)	(37.8)	(6.7)	(24.4)		(31.1)		(17.8)	(66.7)	(11.1)	(2.2)			(100.0)																								
Chi-Square	P=0.3493										P=0.0039**										P=0.2073										P=0.1990																			
계	225	105	10	9	58	30	58	89	150	49	20	24	75	132	49	114	4	103	5	146	219	36	4	2	0	407																								
	(55.3)	(25.8)	(2.5)	(2.2)	(14.3)	(7.4)	(14.3)	(21.9)	(36.9)	(12.0)	(4.9)	(5.9)	(18.4)	(29.4)	(12.0)	(28.0)	(1.0)	(25.3)	(1.2)	(35.9)	(53.8)	(8.8)	(1.0)	(0.5)		(100.0)																								

* P ≤ 0.05 ** P < 0.01 *** P ≤ 0.001

표 7. 외식의 횟수

상황변수	집단	1~2회	3~4회	5~6회	7회 →	無	계	Chi-Square
		N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)		
수입별	← 29	5(55.6)	0	0	1(11.1)	3(33.3)	9(100.0)	P=0.0000***
	30~69	172(84.7)	9(4.4)	2(1.0)	0	20(9.9)	203(100.0)	
	70~109	118(86.8)	12(8.8)	1(0.7)	0	5(3.7)	136(100.0)	
	110~129	18(69.2)	7(26.9)	0	0	1(3.8)	26(100.0)	
	130 →	25(75.8)	7(21.2)	0	0	1(3.0)	33(100.0)	
계		338(83.1)	35(8.6)	3(0.7)	1(0.2)	30(7.4)	407(100.0)	

*p≤0.05

**p≤0.01

***p≤0.001

표 8. 외식의 종류

상황변수	집단	한식	일식	양식	중국식	스넥	분식	無	계	Chi-Square
		N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)		
연령별	← 29	3 (60.0)	0	0	2 (40.0)	0	0	0	5 (100.0)	P=0.7711
	30~39	103 (49.5)	2 (1.0)	28 (13.5)	46 (22.1)	8 (3.8)	7 (3.4)	14 (6.7)	208 (100.0)	
	40~49	66 (37.9)	3 (1.7)	31 (17.8)	50 (28.7)	3 (1.7)	6 (3.4)	15 (8.6)	174 (100.0)	
	50 →	6 (30.0)	0	5 (25.0)	6 (30.0)	1 (5.0)	1 (5.0)	1 (5.0)	20 (100.0)	
		2 (22.1)	0	1 (11.1)	2 (22.2)	0	1 (11.1)	3 (33.3)	9 (100.0)	
수입별	30~69	72 (35.5)	2 (1.0)	29 (14.3)	63 (31.0)	8 (3.9)	9 (4.4)	20 (9.9)	203 (100.0)	P=0.0031**
	70~109	76 (55.9)	2 (1.5)	18 (13.2)	27 (19.9)	4 (2.9)	4 (2.9)	5 (3.7)	136 (100.0)	
	110~129	9 (34.6)	0	10 (38.5)	6 (23.1)	0	0	1 (3.8)	26 (100.0)	
	130 →	19 (57.6)	1 (3.0)	6 (18.2)	6 (18.2)	0	0	1 (3.0)	33 (100.0)	
		178 (43.7)	5 (1.2)	64 (15.7)	104 (25.6)	12 (3.0)	14 (3.4)	20 (7.4)	407 (100.0)	

*p≤0.05

**p≤0.01

***p≤0.001

증가하나 라면류나 어묵의 이용률은 감소하는 경향이 다. 소득별로는 소득이 높아질수록 햄류와 참치 치즈의 이용률이 증가하였다. 고학력층인 가정이 고소득층이 될 가능성이 크다고 보면 두계층간의 소비경향이 일치되고 있음을 이해할 수 있으며 또한 소득에 따라 식품의 소비유형이 다르다¹¹⁾는 것을 나타내고 있었다

② 장류와 김장

장류와 김장을 집에서 담그는 경우가 간장은 67.1% 된장은 72.0% 고추장은 77.6% 김장은 96.1%로 나타났다. 20대 30대 연령층에서 사거나 친지에게서 얻는 비율이 높게 나타나 유의적인 차가 있었음은 앞으로 장류와 김장의 공업화가 대중화될 가능성이 크다. 그러므로

대량으로 생산하는 식품가공의 공업화에 있어 전통적인 맛을 살릴수 있는 제품이 개발되어야겠다.

(4) 식단내용 분석

① 아침, 점심, 저녁의 식단분석

주식은 밥류가 74.8%로 전형적인 반상형식이었다. 밥류는 흰밥이 53.1% 콩밥이 19.1% 보리밥이 18.0%로 나타나고있어 1970년대에 있었던 식량정책에서 혼식 장려가 일시적이었으며 흰밥 선호의 의식구조에서 벗어나지 못하고 있음을 알 수 있었다. 국은 60.3%가 주로 아침에 이용하였으며 그 종류로는 콩나물국(19.5%), 미역국(18.2%), 무우국(14.8%) 등의 순이었다.

찌개는 49.9%가 주로 저녁에 이용했으며 그 종류는 된장찌개(37.4%), 김치찌개(35.3%), 두부찌개(4.9%)순이었는데 김치찌개의 비율이 높은것은 3월초 순의 조사로 인한 묵은 김치의 처리 때문일 것으로 사료된다.

반찬 종류로는 구이, 나물, 조림, 볶음, 튀김, 부침 등의 순으로 나타났다. 구이는 김구이가(67.1%) 대부분 차지했는데 이것도 계절적인 이유가 큰 것으로 짐작된다. 그 다음이 생선구이(12.8%), 불고기(11.5%) 등이었다. 나물은 콩나물(24.1%), 시금치나물(22.0%), 조림은 생선조림(26.1%), 콩조림(15.2%), 장조림(12.0%) 등의 순이었다. 볶음은 멸치볶음(37.1%), 오징어포볶음(15.2%)으로 주로 마른반찬류였고 부침은 제란부침(49.7%), 소시지부침(24.6%), 두부부침의(14.2%)의 순이었다.

② 식단에서의 가공식품의 이용

식단에 나타난 음식의 재료명속에 들어 있는 가공식품류를 찾아 어떤 조리에서 이용되었나를 분석한 결과 가공식품 중 조리하지 않고 그대로 이용한 경우가 16.7%로 가장 높았으며 라면까지 합하면 31.1%나 차지했다. 이것은 가공식품을 이용하는 이유가 “간편한 조리” “시간 절약” “기호”의 순으로 나타났던 변¹²⁾의 연구결과와 맞추어 볼때 일치한다고 생각된다. 그 다음에 김밥, 볶음밥, 카레라이스, 오무라이스등 일품음식에 이용한 경우가 13.5% 국에 11.9% 국수에 8.5% 부침에 7.6% 등의 순으로 나타났다.

햄은 구이나 일품음식에 이용하거나 그대로 이용하는 경우가 높게 나타났고 소시지는 부침에 어묵은 조림에 다시다는 국에 참치는 그대로 이용하거나 찌개에 이용하는 빈도수가 높게 나타났다.

IV. 결 론

1. 식단의 내용을 결정할때 남편중심이 54.1%로 가장 높게 나타났으며 젊은 주부일수록 남편중심의 비율이 높았다.

2. 하루중 가장 중점을 두는 끼니는 저녁으로 77.4%였다.

3. 반찬수는 3~4가지가 57.2%로 가장 많았다.

4. 식단을 실행할 때 전체적으로는 식성에 중점을 두는 경우가 41.0%로 가장 높았으나 대졸이상의 가정에서는 영양에 중점을 두는 경우가 42.2%로 더 높았다.

5. 음식별, 식품별 조리는

a. 밥류는 흰밥이 55.3%로 가장 많았고 그 다음이 콩밥 25.8% 보리밥 14.3%순이었다.

b. 국이나 찌개중 된장찌개가 66.1%로 가장 많았고 그 다음이 맑은장국 14.3% 고추장찌개 12.3%순이었다.

c. 육류의 조리는 구이 36.9%, 국 21.9%, 찌개 18.4%순이었다.

d. 생선의 조리는 구이 32.4%, 조림 28.0%, 튀김 25.3% 순으로 나타났다.

e. 채소는 숙채 53.8%, 생채 35.9%순이었다.

6. 한달의 의식 횟수는 1~2회가 83.1%로 가장 높았다. 의식의 종류로는 한국 음식이 43.7% 중국음식이 25.6% 서양음식이 15.7%였다.

7. 가장 많이 이용하는 가공식품은 햄류(19.2%)였으며 라면류가 17.8%, 참치 13.1%, 소시지 9.0%, 어묵 8.7%의 순이었다.

8. 장류와 김장의 해결방법은 집에서 제조하는 경우가 간장이 67.1%, 된장이 72.0%, 고추장 77.6%, 김장 96.1%로 높게 나타났다.

9. 3일간의 식단을 분석한 결과

a. 주식은 밥류가 74.8%, 분식류가 14.8%, 일품음식이 9.2%였다.

b. 국은 60.3%가 아침에 이용하였으며

c. 찌개는 49.9%가 저녁에 이용하였다.

c. 반찬은 구이, 나물, 조림, 볶음, 튀김, 부침의 순서로 이용율이 높았다.

e. 가공식품의 이용은 그대로 사용하는 경우가 16.7%로 가장 높게 나타났으며 그 다음에 볶음밥이나

카레라이스등 일품음식에 13.5%순으로 이용율이 높았고 국에는 다시다의 사용이 79.9%를 차지했다.

참 고 문 헌

- 1) 이영미, “지역, 연령, 성별에 따른 한국인의 섭식태도 및 기호도 관한 실태조사”, (연세대학교 대학원, 식생활 DM 5369, 1981), p. 39.
- 2) 韓仁圭, “韓國人の 食品 消費構造”, (韓國營養學會誌, 제 11 권, 제 2 호, 1978), p. 1
- 3) 손경희, 문수재, 이영미, “名 年齡層에 따른 韓國人の 攝食態度 및 영양실태의 生態學的 研究”, (延世論叢, 1981, p. 347
- 4) 안숙자, “서울 주부들의 영양교육 현황에 관한 연구”, (대한가정학회지, 제 15 권, 제 3 호, 1977), p. 24
- 5) 劉永祥, “食生活 管理 實態에 관한 研究”, (대한가정학회지, 제 18 권, 제 1 호, 1980), p. 56
- 6) 손경희, 문수재, 이영미, 前掲書, p. 348-349.
- 7) 손경희, 문수재, 이영미, 前掲書, pp. 348-349
- 8) 이희숙, 장유경, “主婦들의 營養知識과 態度에 관한 研究”, (韓國營養學會誌, 제 18 권, 제 2 호, 1985), p. 92
- 9) 손경희, 문수재, 이영미, 前掲書, p. 333
- 10) 윤맹호, “한국 주부의 육가공 구매 행동에 관한 실증적 연구”, (한국식문화학회지, 제 1 권, 제 3 호, 1986), p. 220
- 11) Kinsey, J. Changing Food Market Demographic Implications for Food Processors, The America Association of Cereal Chemists, 32(6), 1987, p. 425
- 12) 邊敬玉, “가공식품에 대한 주부들의 의식조사”, (석사학위논문, 숙명여자대학교 교육대학원, 1988), pp. 38-44
- 13) 김은숙, “인천지역 인문계 고교생의 식사 형태에 관한 연구”, (석사학위논문, 인하대학교 교육대학원, 1989), pp. 52-61
- 14) 葵賢順, “女高生の 成長發育과 營養性 貧血에 관한 조사 연구”, (석사학위논문, 원광대학교 교육대학원, 1987), p. 6
- 15) 한재숙, 이효수, 김미향, “도시 주부의 인스턴트 식품에 대한 인식 및 소비에 관한 연구”, (대한가정학회지, 제 26 권, 제 3 호, 1988), p. 74
- 16) 尹瑞石, 安明秀, 安淑子, 食生活 管理, (서울, 修學社, 1985), p. 15
- 17) 李仁喜, 家庭 經營과 管理, (서울, 修學社, 1972), p. 56
- 18) 山上雅子, 營養と食糧, 제 35 권, 제 1 호, 1982, p. 27
- 19) 이숙희, 최홍식, “한국 장류 식품의 지질 성분에 관한 연구”, (韓國營養食糧學會誌, 제 14 권, 제 1 호, 1985), p. 67
- 20) 임국이, “中都市 主婦들의 식품 및 영양에 대한 의식 조사”, (대한가정학회지, 제 22 권, 제 1 호, 1984), p. 123
- 21) 朱軫淳, “한국인의 食品 및 營養攝取의 변화”, (식품과 영양, 제 8 권, 제 3 호, 1987), p. 26
- 22) 이서래, “식품의 안정성과 유독물질”, (식품영양정보, 창간호, 1984), p. 92
- 23) 임숙자, “영양과 관련된 식품 연구”, (韓國營養學會誌, 제 20 권, 제 3 호, 1987), p. 207
- 24) 牟嘯美, “外食産業의 發達이 國民營養 및 食生活에 미치는 影響”, (韓國營養學會誌, 제 19 권, 제 2 호, 1986), p. 120
- 25) 林賢淑, “食習性과 健康狀態와의 關係性에 관한 研究”, (韓國營養學會誌, 제 14 권, 제 1 호, 1981), p. 14