

탁아기관 원아를 위한 영양교육·훈련 프로그램의 필요성 평가

양일선 ·곽동경 ·한경수 ·김은경*

연세대학교 생활과학대학 식품영양학과

강릉대학교 산업대학 식품과학과*

(1993년 4월 16일 접수)

Needs Assessment: Nutrition Education & Training Program for Day Care Children

Il Sun Yang, Tong Kyung Kwak, kyung Soo Han and Eun Kyung Kim*

Department of Food & Nutrition, Yonsei University

**Department of Food Science, Kangnung National University*

(Received April 16, 1993)

Abstract

The purpose of this study was to assess the nutrition education and training needs as a basis for program planning for day care children

Nutrition achievement test developed by American National Dairy Council and Iowa state University was modified and used for measuring the level of basic knowledge of food and nutrition for day care children.

The results of this study can be summarized as follows

1. Over 70% of mothers indicated their children had a certain degree of food behavior and feeding problems in terms of unbalanced food habit, irregular meal period.

2. Mean score for the nutrition achievement test for day care children was 9.3.

3. The nutrition achievement test score for children with high socio-economic status was significantly higher than those of children with middle and lower group.

4. Inspection of the difficulty difference indices showed that over the 50% of the children had more items that were easier in the content of physiological facts than in the food handling and social psychological aspects of foods.

I. 서 론

1990년에 한국 행동 과학 연구소가 조사한 '전국 탁아 수요 및 부모의 요구 조사 연구'에 의하면 전국의 탁아 수요 인구 추정치는 3,128,604명으로, 이는 0세에서 5세 이하의 전체 아동의 68.9%에 해당되고 있어 탁아 시설의 확충이 시급한 과제로 나타나고 있다.¹⁾ 이와같은 취업여성의 자녀 양육 문제를 지원키 위한 영유아 보육법²⁾이 1991년 1월 공포되고, 8월에 시행령³⁾과 시행규칙⁴⁾이 동시에 제정되어 탁아사업이 본격적으로 추진될수 있는 제도적 발판은 마련되었으나, 기존

취업 여성들에게 현실적인 탁아 수요 문제를 얼마나 해결해 줄 수 있는지의 실효성에 대하여는 여전히 과제로 남아 있다. 탁아기관에서 보육되고 있는 영유아들은 활동량의 증가, 두뇌의 완성, 신체의 체반 조절 기능 및 사회 인지 능력의 발달등의 특징을 가지는 중요한 단계에 있다. 따라서, 이 시기에 있어서 영유아의 충분한 공급은 필수적인 것으로 일생동안의 신체 및 정상적인 정신 발달에도 영향을 줄이 이미 여러 연구에서 지적되었다.⁵⁻⁸⁾ 특히, 유아기의 유아는 성장 발육은 왕성한 반면, 소화 흡수 능력이 미숙한 생리적 특성을 갖고 있으므로 섭취해야 할 영양소의 절대량은

*본 연구는 1992년 한국과학재단 목적기초 연구비 지원에 의해 이루어진 연구의 일부임.

성인에 비해서 적지만 체중 kg 단위당의 에너지, 단백질, 수분의 필요량은 성인보다 훨씬 크다.⁹⁾ 특히 만 4세가 되면 두뇌의 90%가 형성되므로 두뇌의 신경세포의 형성과 기능을 위해 필요한 영양소가 이 시기에 필수적으로 공급되어야 한다. 이와 같이 정상적인 정신 발달과 적합한 영양 공급 상호간에 양의 상관관계가 있음이 이미 여러 연구 결과에서 입증된 바 있다.^{6,8)}

또한 유아기는 식습관이 형성되는 중요한 시기이며, 이때에 형성된 식습관은 성인이 되어서의 식습관에도 영향을 주게 된다. 식습관이란 음식의 기호, 음식에 대한 태도 등을 의미하는데, Yperman¹⁰⁾은 어린이의 식습관은 가정, 사회 환경등의 요소와 밀접한 관련이 있음을 지적하였다. 즉, 식사할때의 감정적 요인, 음식의 양, 환경, 식사 시간 등에 따라 식습관 형성에 차이를 보이게 된다고 하였다.

이처럼 신체성장면이나 정서면에서만뿐만 아니라 영양적으로 중요한 시기에 있는 유아들을 맡고 있는 탁아소의 경우 또는 학교급식의 경우, 외국에서는 다양한 프로그램에 의해 단계적인 영양교육을 하고 있으나^{11,14)}, 우리나라에서는 어른을 대상으로 한 단편적인 영양교육이 불규칙적으로 이루어질 뿐, 유아와 학령기 아동을 위한 체계적인 영양교육이 이루어지지 못하고 있다.¹⁵⁻¹⁷⁾

따라서, 우리나라의 경우 탁아기관의 증가 및 시설 확충과 함께, 탁아기관에 위탁되어지는 원아들을 위한 영양교육프로그램이 필요하며, 이를 개발하기 위해서는 자모를 통한 유아들의 식생활 태도 및 식행동 평가, 그리고 유아들 자신이 인지하고 있는 영양지식 평가 등에 관한 체계적인 정보가 요구된다. 이러한 측면에서 볼때, 탁아 기관의 원아들을 위한 영양교육·지도 프로그램에 관한 필요성 평가가 선행되어야 할 연구임에도 불구하고, 지금까지의 연구는 영양지식, 식생활 태도, 식행동 평가, 영양실태조사등에 관한 기초 연구들로서 대부분 자기 보고 형태의 단편적인 정보를 주는 연구들뿐이었다.¹⁸⁻²⁰⁾

이에 본 연구에서는 탁아기관 자모를 대상으로 원아들의 식습관 및 식생활 태도를 조사하여 이들의 문제점을 파악하고, 유아들을 대상으로 식품 및 영양지식검사를 실시하여 탁아기관 유아들을 위한 영양교육·훈련 프로그램 개발의 필요성을 평가함을 목적으로 하였다. 본 연구 결과가 탁아기관의 영양교육 및 지도 프로그램 개발을 위한 기초자료로서 유용하게 사용될 수 있기를 기대한다.

II. 연구방법

1. 조사 대상 및 기간

본 연구에서는 탁아기관 원아들의 영양교육 지도 및 훈련 프로그램의 개발을 위한 기초 자료를 제공하기 위하여 탁아기관의 자모 및 유아를 조사 대상으로 선정하였다.

탁아기관 자모를 대상으로한 자료의 수집을 위해서 1991년 7월 9일부터 7월 25일까지 16일간 직장 탁아기관, 대학 및 재단 부설 탁아기관, 국공립 탁아기관을 방문하여 유형별로 각각 292, 17, 11명의 자모들에게 설문지를 배부한 후 각 가정에서 자가 기록하여 제출하도록 하는 자료의 회수방법을 사용하였다.

탁아기관 원아들에 대한 영양지식검사 실시를 위하여 탁아기관의 원아들의 연령 분포를 살펴본 결과, 표본수가 작고 탁아기관의 원아들 중에 검사실시가 가능한 3~5세를 분리하여 조사를 실시하는 것이 현실적으로 불가능하였다. 따라서, 원아의 주거 지역 및 유치원의 위치에 근거를 두어 유치원을 상·중·하의 경제 수준으로 분류한 후 각 그룹간의 유아의 수의 안배를 위해 2개의 상류 유치원 112명, 1개의 중류 유치원 108명, 3개의 하류 유치원 129명의 총 452명의 유치원 3~5세를 대상으로, 1992년 3월 16일부터 4월 10일까지 영양지식검사를 실시하였다.

2. 조사 내용 및 방법

본 연구에서 사용된 조사지는 탁아기관 자모를 대상으로 한 설문지와 유아들을 대상으로 한 영양지식검사로 그 세부내용은 다음과 같다. 탁아기관 자모를 대상으로 한 설문지는 일반적인 사항 10문항, 자녀들의 가정에서의 식습관 및 식생활 태도 15문항, 간식 4문항, 편식 3문항, 자녀들의 음식 및 식품에 대한 기호도에 관한 내용 10문항으로 구성되어 있다. 유아들을 대상으로 한 영양지식검사는 미국 National Dairy Council과 Iowa State University이 공동으로 개발한 유아용 영양지식검사(Nutrition Achievement Test)내용²¹⁾을 우리나라 실정에 맞게 수정 보완하여 사용하였으며, 그 구성내용은 생리적 사실, 영양소, 식품 취급, 식품의 사회적, 심리학적 측면등의 식품 및 영양의 기본 개념에 대한 지식을 평가하기 위한 20문항들로 구성되어 있다.

수집된 자료의 처리는 SPSS PC Package Program을 이용한 전자 계산 조직을 사용하여 다음과 같이 통계 처리하였다. 탁아기관 자모를 대상으로 조사한 자녀들의 식습관 및 식생활 태도, 간식, 편식, 기호도 조사에 관한 문항은 단순 빈도와 백분율을 구하였다. 또한, 직장 탁아기관, 대학 부설 사립 탁아기관, 국공립 탁아기관의 유형에 따른 식습관 및 식생활태도를 비교하였다.

유아를 대상으로 실시한 영양지식 검사 결과에서 유아의 일반 사항과 영양지식 점수(개념별,문항별)의

단순 빈도와 백분율을 구하였다. 또한, 유아의 일반 사항과 영양지식 점수(개념별)의 기술 통계량을 구하였다. 유아의 영양지식 점수의 경제 수준 집단별 유의성 검정을 GLM(General Linear Models Procedure) Test 방법을 사용하여 분석하였다.

III. 연구 결과 및 고찰

1 탁아 기관 부모 대상

1) 일반적인 사항

부모를 대상으로 조사한 탁아 기관 자녀의 일반적인 사항은 Table 1과 같다. 조사 대상 유아의 성별은 남녀 비슷한 분포를 보였으며 이들의 거주지는 직장 탁아소와 대학 부설 사립 탁아소의 경우 주로 아파트 지역과 주택가(94.1%, 100%)인 반면, 국공립 탁아소의 경우, 아파트 지역 및 주택가(67.5%) 이외에도 빈민 지역(15.0%), 공장 지역(7.5%), 상가 지역(2.5%)에도 거주하고 있었다. 자녀의 출생지는 직장 탁아소와 대학 부설 사립 탁아소의 경우, 거의 도시였는데(94.1%, 100%), 국·공립 탁아소의 경우는 도시(90.0%)이외에 농촌에서 태어난 경우도 7.5%에 해당하였다. 자녀의 가족 거주 상태를 살펴보면, 직장 탁아소는 자택과 전세가 모두 47.1%로 동일한 분포를 보였고 대학 부설 사립 탁아소의 경우는 자택이 72.7%로 가장 높았다. 반면 국공립 탁아소의 원아는 월세(47.5%)가 가장 높았고 그 다음으로 전세(42.5%), 자택(5.0%) 순이었다. 가족 수를 살펴보면 직장 탁아소와 국·공립 탁아소의 경우는 3-4명이 가장 많았고(64.7%, 70.0%) 대학 부설 사립 탁아소의 경우 3-4명과 5-6명이 모두 36.4%로 동일한 분포를 보였다. 자녀의 형제,자매수는 직장 탁아소와 대학 부설 사립 탁아소는 1명이 가장 많았고(58.8%, 54.5%) 국공립 탁아소의 경우는 2명이 가장 많았다(65.0%).

탁아 기관 어머니에 대한 일반사항을 살펴보면(Table 2), 연령은 30-39 세가 대부분이었으며(88.2%, 72.7%, 62.5%), 학력은 직장 탁아소와 대학 부설 사립 탁아소는 대부분 대졸이상인(82.4%, 100.0%) 반면, 국·공립 탁아소는 대졸이상이 7.55%로 매우 낮았고 다음으로 고졸(42.5%), 중졸(30.0%)의 순이었다. 어머니가 일하는 이유로는 대학 부설 사립 탁아소의 경우는 '자기 발전을 위해서'와 '전문 기술을 살리기 위해서'가 각각 63.6%와 27.3%였으며 직장 탁아소의 경우는 '생계 유지를 위해서'와 '결혼 전부터 해오던 일이라서'가 11.85%로 동일한 분포를 보였다. 반면, 국·공립 탁아소는 '생계 유지를 위해서'가 32.5%로 가장 높았고 '자기 발전을 위해서'(17.5%)와 '전문 기술을 살리기 위해서'(2.5%)는 극히 적었다.

2. 식습관 및 식생활 태도

1) 유아의 식습관 및 식생활태도

탁아기관 유아의 식사의 규칙성을 살펴보면 Table 3과 같다. 자녀의 1일 식사 횟수는 3회인 경우(88.2, 81.8, 62.5%)가 대부분을 차지하였으며 자녀의 식사시간은 직장 탁아소와 대학 부설 사립 탁아소 유아의 경우는 주로 '규칙적'인데(94.1%, 90.9%) 반해 국·공립 탁아소 유아의 경우는 '불규칙적'인(40.0%) 경우가 많았다. 식사를 가장 잘하는 끼니는 주로 저녁식이었다(52.9%, 54.5%, 45.0%).

자칫 소홀하기 쉬운 아침식사에 대해서 살펴보면(Table 4), 직장 탁아소 유아의 경우 매일 아침 식사를 하는 데 반해(70.6%), 대학 부설 사립 탁아소와 국·공립 탁아소 유아는 54.5%와 47.5%로 매일 아침 식사를 하지 않는 경우도 상당수에 해당하였다. 아침식사를 하지 않는 이유로는 '아이가 먹으려 하지않는 경우'가 가장 많았고(29.4%, 54.5%, 37.5%) 직장탁아소와 국·공립 탁아소는 '아이의 기상 시간이 늦기때문'인 경우도 많았다(17.6%, 20.0%). 식사시 분식 대용의 빈도는 '가끔'이(64.7%, 72.7%, 65.0%) 가장 많았고 대학 부설 사립 탁아소 유아의 경우는 '자주'라 답한 비율도 높았다(27.3%). 분식으로 대용하는 끼니는 직장 탁아소와 대학 부설 탁아소 유아의 경우는 주로 아침이었고(64.7%, 63.6%), 국·공립 탁아소 유아의 경우는 정해져 있지 않고 아침이외에 점심, 저녁에도 분식을 대용하고 있었다(12.5, 17.5%).

탁아기관 유아의 결식상황에 대해 살펴보면 Table 5와 같다. 주당 자녀의 결식 빈도수는 1-2회인 경우가 가장 많았으며(64.7%, 54.7%, 40.0%), 대학 부설 사립 탁아소와 국·공립 탁아소 유아의 경우 3-4회인 경우도 많았다(36.4%, 35.0%). 결식의 주된 이유는 '식욕이 없어서'가 대부분이었다(58.8%, 63.6%, 60.0%). 1984년 유치원 원아를 대상으로 한 모수미와 우 미경의 연구에 의하면²²⁾ 유치원 원아의 34.2%가 아침식사를 거르거나 먹지않고 있었으며, 어린이의 60%가 편식을 하고 있다고 보고하면서, 이와 같은 결과는 가정내에서의 불규칙한 생활과 부모의 무관심 및 영양교육의 미비에 기인한다고 해석하고 있다. 그러므로, 유아원과 탁아소에서 아동의 올바른 식습관 확립을 위한 영양교육과 아동의 식생활 행동에 대한 지도가 필요하다고 하겠다. 특별히, 아침식사를 하고 있지 않은 유아가 많은 저소득층 주변의 탁아소의 경우, 아침식사의 제공등이 포함된 프로그램의 실시가 요구된다.

Table 6을 보면 자녀의 식생활 태도의 문제점 여부에 대한 질문에 '있다'고 응답한 어머니와 '약간 있다'고한 어머니가 상당히 많았다(70.5%, 63.7%, 85.0%).

Table 1. 탁아 기관 유아의 일반 사항

응답자수(%)

특성	구분	직장 탁아소	대학부설사립탁아소	국·공립 탁아소
성	~남	7(41.2)	6(54.5)	18(45.0)
	~여	9(52.9)	5(45.5)	21(52.5)
	~무응답	1(5.9)	0(0.0)	1(2.5)
	계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)
거주지	~공장지역	0(0.0)	0(0.0)	3(7.5)
	~빈민지역	0(0.0)	0(0.0)	6(15.0)
	~아파트지역	7(41.2)	7(63.6)	1(2.5)
	~상가지역	0(0.0)	0(0.0)	1(2.5)
	~주택가	9(52.9)	4(36.4)	26(65.0)
	~유흥가	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)
	~무응답	1(5.9)	0(0.0)	3(7.5)
계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)	
출생지	~도시	16(94.1)	11(100.0)	36(90.0)
	~어촌	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)
	~농촌	0(0.0)	0(0.0)	3(7.5)
	~광산촌	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)
	~무응답	1(5.9)	0(0.0)	1(2.5)
계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)	
가족 거주상태	~자택	8(47.1)	8(72.7)	2(5.0)
	~전세	8(47.1)	3(27.3)	17(42.5)
	~월세	0(0.0)	0(0.0)	19(47.5)
	~기타	0(0.0)	0(0.0)	1(2.5)
	~무응답	1(5.9)	0(0.0)	1(2.5)
계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)	
가족수	~1-명	1(5.9)	3(27.3)	3(7.5)
	~3-명	11(64.7)	4(36.4)	28(70.0)
	~5-6명	4(23.5)	4(36.4)	5(12.5)
	~7명이상	0(0.0)	0(0.0)	2(5.0)
	~무응답	1(5.9)	0(0.0)	2(5.0)
계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)	
형제,자매수	~1명	10(58.8)	6(54.5)	10(25.0)
	~2명	5(29.4)	3(27.3)	26(65.0)
	~3명	0(0.0)	2(18.2)	1(2.5)
	~4명이상	0(0.0)	0(0.0)	1(2.5)
	~무응답	2(11.8)	0(0.0)	2(5.0)
계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)	

식생활 태도의 문제점은 주로 '식품에 대한 편견, 편식'에 관한 것이 가장 많았고(47.1%, 45.5%, 30.0%), 국·공립 탁아소의 경우 '식사 시간의 불규칙성'(20.0%)도 문제점으로 지적되었다. 식사를 거르는 결식의 문제점

도 직장탁아소와 국·공립 탁아소 유아의 경우 11.8%, 10.0%나 되었다. 자녀의 건강 상태에 대한 만족도는 '보통'이 가장 많았으나(52.9%, 63.6%, 55.0%), 직장 탁아소와 국·공립 탁아소 어머니의 경우는 '불만'인

Table 2. 탁아기관 유아 어머니의 일반 사항

응답자수(%)

특성	구분	직장 탁아소	대학부설사립탁아소	국·공립 탁아소
연령	~20-29세	0(0.0)	1(9.1)	12(30.0)
	~30-39세	15(88.2)	8(72.7)	25(62.5)
	~40-49세	1(5.9)	1(9.1)	1(2.5)
	~50-59세	0(0.0)	1(9.1)	0(0.0)
	~무응답	1(5.9)	0(0.0)	2(5.0)
	계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)
학력	~국졸	0(0.0)	0(0.0)	6(15.0)
	~중졸	0(0.0)	0(0.0)	12(30.0)
	~고졸	2(11.8)	0(0.0)	17(42.5)
	~대졸이상	14(82.4)	11(100.0)	3(7.5)
	~무응답	1(5.9)	0(0.0)	2(5.0)
	계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)
어머니가 일하시는 이유	~생계유지위해서	2(11.8)	0(0.0)	13(32.5)
	~자기발전 위해서	7(41.2)	7(63.6)	7(17.5)
	~전문기술 살리기 위해서	3(17.6)	3(27.3)	1(2.5)
	~결혼전부터 해오던 일이라서	2(11.8)	0(0.0)	2(5.0)
	~기타	0(0.0)	0(0.0)	7(17.5)
	~무응답	3(17.6)	1(9.1)	10(25.0)
	계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)

Table 3. 탁아 기관 유아의 식사의 규칙성

응답자수(%)

식생활태도	유형	직장 탁아소	대학부설사립탁아소	국·공립 탁아소
	응답범위			
자녀의 1일 식사횟수	~1-2회	1(5.9)	2(18.2)	12(30.0)
	~3회	15(88.2)	9(81.8)	25(62.5)
	~4-5회	0(0.0)	0(0.0)	2(5.0)
	~6회	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)
	~무응답	1(5.9)	0(0.0)	1(2.5)
	계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)
식사 시간의 규칙성여부	~예	16(94.1)	10(90.9)	23(57.5)
	~아니오	0(0.0)	1(9.1)	16(40.0)
	~무응답	1(5.9)	0(0.0)	1(2.5)
	계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)
식사를 가장 잘하는 시기	~아침	1(5.9)	0(0.0)	1(2.5)
	~점심	5(29.4)	5(45.5)	14(35.0)
	~저녁	9(52.9)	6(54.5)	18(45.0)
	~기타	1(5.9)	0(0.0)	2(5.0)
	~무응답	1(5.9)	0(0.0)	1(2.5)
	계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)

Table 4. 탁아 기관 유아의 아침식사

응답자수(%)

식생활태도	유형	직장 탁아소	대학부설사립탁아소	국·공립 탁아소
	응답범위			
규칙적인 아침식사의 횟수	~매일아침 규칙적	12(70.6)	6(54.5)	19(47.5)
	~일주일에 4-5일	2(11.8)	1(9.1)	10(25.0)
	~일주일에 2-3일	1(5.9)	4(36.4)	7(17.5)
	~일주일에 1-2일	1(5.9)	0(0.0)	3(7.5)
	~무응답	1(5.9)	0(0.0)	1(2.5)
	계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)
아침식사를 하지않는 이유	~부모가 바빠서 식사 준비를 해 주지 않는다.	1(5.9)	0(0.0)	3(7.5)
	~아이의 기상시간이 늦다.	3(17.6)	1(9.1)	8(20.0)
	~아이가 먹으려 하지않는다	5(29.4)	6(54.5)	15(37.5)
	~기 타	1(5.9)	2(18.2)	4(10.0)
	~무응답	7(41.2)	2(18.2)	10(25.0)
	계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)
아침식사 식단	~밥과 국만으로 된 가벼운 식사	2(11.8)	4(36.4)	13(32.5)
	~밥과 국이외에 다른 반찬을 곁들인 식사	9(52.9)	2(18.2)	20(50.0)
	~빵과 우유로 된 가벼운 식사	4(23.5)	4(36.4)	2(5.0)
	~빵과 우유이외에 달걀이나 스프, 야채를 곁들인 식사	0(0.0)	1(9.1)	2(5.0)
	~라면류등 국수류	0(0.0)	0(0.0)	1(2.5)
	~기타	1(5.9)	0(0.0)	1(2.5)
	~무응답	1(5.9)	0(0.0)	1(2.5)
	계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)

Table 5. 탁아 기관 자녀의 결식

응답자수(%)

식생활태도	유형	직장 탁아기관	대학부설사립탁아기관	국·공립 탁아기관
	응답범위			
주당 결식빈도수	~ 1-2회	11(64.7)	6(54.5)	16(40.0)
	~ 3-4회	1(5.9)	4(36.4)	14(35.0)
	~ 5-6회	1(5.9)	0(0.0)	4(10.0)
	~ 7회이상	0(0.0)	0(0.0)	2(5.0)
	~ 무응답	4(23.5)	1(9.1)	4(10.0)
	계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)
결식의 주된 이유	~ 식욕이 없어서	10(58.8)	7(63.6)	24(60.0)
	~ 친구와 노느라고	2(11.8)	1(18.2)	5(12.5)
	~ 반찬투정 때문에	0(0.0)	0(0.0)	5(12.5)
	~ 가정경제 형편때문에	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)
	~ 무응답	5(29.4)	2(18.2)	6(15.0)
	계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)

Table 6. 탁아 기관 자녀의 식생활태도와 식습관

응답자수(%)

식생활태도	유형	직장 탁아소	대학부설사립탁아소	국·공립 탁아소
	응답범위			
식생활태도의 문제성여부	~있다	3(17.6)	2(18.2)	8(20.0)
	~약간 있다	9(52.9)	5(45.5)	26(65.0)
	~있다	4(23.5)	4(36.4)	5(12.5)
	~무응답	1(5.9)	0(0.0)	1(2.5)
	계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)
식생활태도의 문제점	~식품에 대한 편견과 편식	8(47.1)	5(45.5)	12(30.0)
	~식사를 거르는 것	2(11.8)	0(0.0)	4(10.0)
	~식사시간의 불규칙성	0(0.0)	0(0.0)	8(20.0)
	~양적으로 많이 먹는것	0(0.0)	0(0.0)	2(5.0)
	~기타	3(17.6)	2(18.2)	4(10.0)
	~무응답	4(23.5)	4(36.4)	10(25.0)
	계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)
자녀의 건강상태에 대한 만족도	~대단히 만족한다	2(11.8)	4(36.4)	4(10.0)
	~보통이다	9(52.9)	7(63.6)	22(55.0)
	~조금 불만이다	4(23.5)	0(0.0)	10(25.0)
	~매우 불만이다	1(5.9)	0(0.0)	3(7.5)
	~무응답	1(5.9)	0(0.0)	1(2.5)
계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)	
식사전에 손 씻는 여부	~스스로 씻는다	4(23.5)	3(27.3)	5(12.5)
	~시켜서 씻는다	0(58.8)	7(63.6)	27(67.5)
	~씻지 않는다	1(5.9)	1(9.1)	6(15.0)
	~무응답	2(11.8)	0(0.0)	2(5.0)
계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)	
식사전에 감사의 말을 하는 여부	~한다	4(23.5)	5(45.5)	2(12.5)
	~가끔 한다	8(47.1)	4(36.4)	18(45.0)
	~하지 않는다	4(23.5)	2(18.2)	15(37.5)
	~무응답	1(5.9)	0(0.0)	2(5.0)
계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)	

경우도 있었다(29.4%, 32.5%). ‘식사 전에 손을 씻는가’에 대한 질문에 대한 답변으로 ‘시켜서 씻는 경우’가 많았고(58.8%, 63.6%, 67.5%), ‘식사전에 감사의 말을 하는가’에 대해서는 주로 ‘가끔 한다’(47.1%, 36.4%, 45.05)가 가장 많았다.

2) 간식

탁아기관 자모들이 대답한 탁아기관 유아의 가정에서의 간식의 횟수, 시기, 선택기준을 보면 Table 7과 같다. 간식의 횟수는 직장 탁아소 유아와 대학 부설 사립 탁아소 유아의 경우 ‘하루에 여러번’이 가장 많았고(52.9%, 63.6%), 국·공립 탁아소 유아의 경우는

‘하루에 한번 정도’ 주는 비율이 높았다(45.0%). 간식을 주는 시기는 ‘점심 식사와 저녁 식사 중간’인 경우가 대부분이었고(58.8%, 45.5%, 42.5%) 대학 부설 탁아소 유아와 국·공립 탁아소 유아의 경우는 ‘시간에 관계 없이 수시로 아무때나’ 주는 경우도 많았다(45.5%, 32.5%).

간식의 선택 기준은 직장 탁아소의 어머니들은 ‘영양가가 많다고 생각되는 것’이 64.7%로 높았고 국·공립 탁아소 어머니들의 경우는 ‘포장이 잘 된 것’을 60.0% 취하였다. 한편, 대학 부설 사립 탁아소 어머니들의 경우 ‘믿을 수 있는 회사 제품’과 ‘영양가가 많

Table 7. 탁아 기관 유아의 간식

응답자수(%)

식생활태도	유형	직장 탁아소	대학부설사립탁아소	국·공립 탁아소
	응답범위			
간식의 횟수	~하루에 여러번	9(52.9)	7(63.6)	11(27.5)
	~하루에 한번씩	5(29.4)	1(9.1)	18(45.0)
	~일주일에 3-4회	1(5.9)	1(9.1)	6(15.0)
	~일주일에 1-2회	0(0.0)	2(18.2)	2(5.0)
	~기타	0(0.0)	2(18.2)	2(5.0)
	~무응답	1(5.9)	0(0.0)	1(2.5)
	계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)
간식 주는 시기	~아침식사와 점심식사 중간	1(5.9)	0(0.0)	1(2.5)
	~점심식사와 저녁식사 중간	10(58.8)	5(45.5)	17(42.5)
	~저녁식사와 취침 중간	3(17.6)	0(0.0)	3(7.5)
	~시간에 관계없이 수시로 아무때나	0(0.0)	5(45.5)	3(32.5)
	~무응답	3(17.6)	1(9.1)	6(15.0)
	계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)
간식의 선택기준	~믿을 수 있는 회사 제품	4(23.5)	4(36.4)	5(12.5)
	~포장이 잘된것	0(0.0)	0(0.0)	24(60.0)
	~영양가가 많다고 생각되는 것	11(64.7)	4(36.4)	1(2.5)
	~값이 싼 것	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)
	~양이 많은 것	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)
	~기타	1(5.9)	2(18.2)	4(10.0)
	~무응답	1(5.9)	1(9.1)	6(15.0)
	계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)

다고 생각되는 것'을 선택하는 비율이 모두 36.4%로 동일하였다. 간식으로 주로 이용되는 음식은 빵, 케일, 햄버거, 샌드위치, 비스켓, 과자, 우유, 코코아, 아이스크림, 과일, 과일 주스, 계란이었다.

이 기열에 따르면⁵⁾ 유아기의 어린이들은 영유아기의 어린이에 비해 성장률이 약간 둔화 되는 반면에 지적, 정서적인 면이 발달함에 따라 자아 의식,사회성이 고조되나, 때로는, 정서가 불안정해지기도 하므로 간혹 편식, 식욕 부진 등의 현상을 나타내는 경우가 있다고 지적하였다.그러나, 대부분의 탁아 기관은 빵과 우유 등의 간식을 주는 정도일뿐 완전한 점심을 제공하는 경우가 드물뿐만 아니라²³⁻²⁵⁾ 영양사가 배치되어 있지 않아 교사와 자원 봉사 어머니들에 의해 급식이 운영되고 있는 실정이다.²⁶⁾본 연구를 위해 직접 방문한 탁아기관의 경우도 영양사가 배치되어 있는 기관이 거의 없었고, 급식도 완전한 점심이 아닌 빵,우유,요구르트, 비스켓 등의 간단한 간식인 경우가 많았다. 실제로 대도시 주변의 저소득층^{27,28,29)} 미취학 아동을 대상으로 한 영양 섭취 실태 조사 결과에 따르면 대부분 열량,

단백질, 칼슘, 철분, 리보플라민 등의 영양소 섭취가 부족한 상태이고 동물성 식품의 섭취 비율이 낮았다. 그러나, 일부 도시 중산층³⁰⁾이나 고소득층³¹⁾의 미취학 아동을 대상으로 한 영양 조사 보고에 의하면 철분을 제외한 모든 영양소의 섭취량이 권장량에 충족하거나 오히려 초과하여 과잉섭취 및 비만의 문제점이 지적되기도 하였다. 국내의 경우를 보면, 올바른 식습관을 형성하고 영양적으로 균형잡힌 식사를 취해야 할 취학 전의 중요한 시기임에도 간식의 섭취 횟수, 시간이 매우 불규칙함을 보여 주었으며 주·부식 및 간식의 내용에 있어서도 문제가 있음을 나타내었다.³²⁾

3) 편식

편식의 주된 이유는 '맛' 때문인 경우가 대부분이었고(76.5%, 54.5%, 40.0%) 대학부설 사립 탁아소 유아의 경우는 '질감'인 경우도 많았다(45.5%). 국·공립 탁아소 유아의 경우 '부모의 편식'에 의한 편식도 10%가 되었다. 자녀의 편식에 대한 부모의 반응은 '이해를 시킨 후에 먹도록 권유'하는 경우가 많았고 (35.3%, 27.3%, 52.5%) '새로운 조리 방법을 개발해서 시도'

Table 8. 탁아 기관 유아의 편식

응답자수(%)

식생활태도	유형	직장 탁아소	대학부설사립탁아소	국·공립 탁아소
	응답범위			
편식의	~ 모양	0(0.0)	0(0.0)	1(2.5)
주된 이유	~ 색깔	0(0.0)	0(0.0)	1(2.5)
	~ 질감	0(0.0)	5(45.5)	3(7.5)
	~ 맛	13(76.5)	6(54.5)	16(40.0)
	~ 냄새	0(0.0)	0(0.0)	3(7.5)
	~ 부모의 편식	0(0.0)	0(0.0)	4(10.0)
	~ 기타	1(5.9)	0(0.0)	2(5.0)
	~ 무응답	3(17.6)	0(0.0)	10(25.5)
	계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)
자녀의	~내버려둔다	2(11.8)	3(27.3)	5(12.5)
편식에 대한	~이해를 시킨후에 먹도록 권유한다	6(35.3)	3(27.3)	21(52.5)
부모의 반응	~강제로 먹인다	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)
	~꾸중하거나 벌을 준다	0(0.0)	0(0.0)	2(5.0)
	~새로운 조리방법을 개발해서 시도한다	1(5.9)	0(0.0)	3(7.5)
	~조리 및 식단에서 제외한다	0(0.0)	1(9.1)	3(7.5)
	~무응답	8(46.1)	4(36.4)	6(15.0)
	계	17(100.0)	11(100.0)	40(100.0)

하는 경우는 극히 드물었다(5.9%, 0.0%, 7.5%)(Table 8).

유아기에 형성된 식습관 및 태도는 일생동안의 식습관과 영양 상태에 영향을 주며 이 시기에 형성된 기호성은 어른이 될 때까지도 지속된다.^{33,34)} Michigan 에 사는 44명의 건강한 어린이를 대상으로 식습관과 간식패턴을 조사한 Beyer and Morris³⁵⁾에 의하면, 취학 전과 국민학교 1학년 시기의 식습관사이에는 유사성이 있었다고 하였다. 이러한 결과는 유치원 시기에 형성된 식습관이 국민학교에 들어간 후에도 지속됨을 보여주는 것으로 유아기 때의 영양 교육의 필요성을 말해준다.

4) 기호도 조사

기호도 조사의 결과 아주 싫어하는 음식은 고추, 파, 고추장, 후추, 식초, 미나리, 양파, 콩 등으로 자극적인 것을 싫어했다. 반면, 대단히 좋아하는 음식은 수박, 딸기, 귤 등 과일과 요쿠르트, 짜장면, 요플레, 김, 토마토 케첩등이었다.

Hertzler³⁶⁾에 의하면 어린이는 일반적으로 순한 향을 가진 색채가 강한 부드러운 음식을 좋아하며, 익숙한 음식을 더 좋아하고 낯선 음식은 먹으려 하지 않는 경향이 있다고 한다. 반면, 탁아 기관에 다니는 어린이는 새로운 음식을 받아 들이려하고, 탁아 기관에서 제공되는 음식을 가정에서도 먹을 수 있도록 어머니

에게 요청한다. 또한, 아이들이 음식을 받아들이는 것은 부모나 익숙한 어른의 예를 따르며, 주변 사람들의 식행동은 직접, 간접적으로 유아기 어린이에게 모델을 제시한다. 그러므로, 계획된 훈련에 의해서 어린이의 식습관이 달라질 수 있음이 보고되었다.³⁷⁾ 따라서, 탁아소 및 유아원에서 실시되는 급식 및 영양교육 프로그램은 식습관이 완전히 고정되지 않은 이 시기의 어린이에게 식습관 교정의 기회를 제공해준다.

Davis등¹¹⁾에 의하면 출생 후 7-9개월의 이유가 완료된 유아들을 대상으로 하여 1년간 지속적으로 관찰한 결과, 어린이들은 한때는 좋아하는 음식을 많이 먹고, 또 한때는 전혀 거의 먹지 않는 경향이 있음을 알 수 있었으며, 또 생후 9개월 이상부터 미취학 아동기 직전의 유아들을 대상으로 한 연구 결과에 의하면, 이 시기의 어린이는 어린이앞에 놓인 음식물의 양과 질을 스스로 선택하는 책임을 지는가 하면, 한편으로는 그들의 기호가 또한 예측할 수 없이 바뀌는 현상을 보여 주었다고 보고하였다. 그러나, 미취학 아동기의 유아들은 좋아하는 음식과 싫어하는 음식의 구별이 현저하였으며, 식품에 대한 기호를 정확하게 표현할 수 있다고 하였다.

영양 교육(nutrition education)이란 개개인이 적절한 식생활을 실천하는데 필요한 영양에 관한 모든 지식

Table 9. 영양지식검사대상 유아의 성별과 부모의 직업분포 응답자수(%)

특성	구분	경제수준별 집단		
		상	중	하
성 별	~남	49(43.8)	55(50.9)	71(55.0)
	~여	63(56.3)	53(49.1)	58(45.0)
	계	112(100.0)	108(100.0)	129(100.0)
아버지 직업	~사무직1	45(42.9)	58(53.7)	67(55.8)
	~전문직2	56(53.3)	38(35.2)	32(26.7)
	~생산직3	3(2.9)	11(10.1)	17(14.2)
	~무직 4	1(0.9)	1(1.0)	4(3.3)
	계	105(100.0)	108(100.0)	120(100.0)
어머니 직업	~사무직	2(2.0)	12(11.1)	6(5.0)
	~전문직	29(29.3)	13(12.0)	10(8.3)
	~생산직	1(1.0)	1(0.9)	5(4.1)
	~무직	67(67.7)	82(76.0)	100(82.6)
	계	99(100.0)	108(100.0)	121(100.0)

1. 사무직: 회사원, 공무원(군인, 경찰 포함), 금융업 종사를 포함
2. 전문직: 의사, 변호사, 교수 및 자유업(기술, 미술, 음악), 사업가를 포함
3. 생산직: 생산 및 노무직, 기술직 용, 미용, 전기 등), 상업자를 포함
4. 무직: 직업이 없거나 어머니의 경우 주부를 포함

(Knowledge)을 바르게 이해시켜, 식생활에 관한 의욕과 관심을 높여서 올바른 식생활을 실천하는 능력을 높이고자 하는 태도(Attitude)를 갖게 하고 스스로 올바른 식생활이 되도록 행동에 옮겨 실천하게 하는 행동(Behavior or Practice)의 변화와 실천, 즉, 일련의 KAP 과정이다.³⁸⁾

그러므로 효과적이고 실제적인 영양교육 프로그램이 되기 위해서는 이상에서 살펴본 유아들의 식생활에서의 문제점을 해결하기 위한 내용뿐만 아니라 실천을 위한 구체적인 방법들이 반복 학습될 수 있도록 구성되어야 한다.

2 유아(幼兒)의 영양지식 조사 및 분석

1) 일반적인 사항

영양지식검사에 참여한 유아들의 각 가정의 경제수준에 따른 성별 및 부모의 직업 분포를 요약하면 Table 9와 같다. 전체 349명중 남자는 175명, 여자는 174명으로 남녀의 비는 50.14 대 49.86로 거의 동일한 분포를 보여 주었다. 먼저 아버지의 직업을 살펴 보면, 경제 수준이 상인 경우, 전문직을 가지고 있는 경우가 53.3%로 가장 높았고,중류의 경제 수준을 가진 경우는, 회사원, 공무원등의 사무직이 55.8%로 과반수 이상이었으며, 하류의 경제 수준을 가진 가정의 경우는 아버

지가 무직인 경우가 3.3%로 상중하 중 가장 높았다. 어머니의 직업을 살펴보면, 직업을 가지고 있지 않은 어머니는 경제수준이 상류인 가정이 67.7%로 가장 적었고, 경제수준이 낮은 중류,하류가정의 어머니의 경우 직업을 갖고있는 경우가 많았다(76.0%, 82.6%). 직업을 가진 어머니간을 비교해 보았을때, 경제수준이 상류인 가정의 어머니는 전문직을 가진 경우(29.0%)가 중류, 하류 가정의 어머니보다 높았다(12.0%, 8.3%).

유치원 유아의 나이 65-66개월은 경제수준 상중하에 따라 P≤0.05 수준에서 유의적인 차이가 없었다. 아버지의 학력과 어머니의 학력은 상류 가정이 17.9, 16.8년으로 중류 및 하류 가정에 비해 가장 장기간의 교육기간을 가져 경제 수준에 따른 유의적인 차이를 보였다(P=0.0001, P=0.0001). 평균 형제수는 0.8명이었고, 평균 형제의 순위는 1.3이었다. 경제 수준에 따른 형제수와 형제순위에서는 유의적인 차이가 없었다(Table 10).

2) 영양지식 평가

유아 대상의 영양지식 검사는 Table 11에 제시한 바와 같이 식품과 영양에 관한 4가지 개념을 중심으로 유아들의 인지적 수준을 고려하여 각 개념별로 가중치를 두어 배분한 미국의 자료²¹⁾에 근거를 두고 우리나라 실정에 맞게 수정 보완한 것이다. 생리적 사실에

Table 10. 영양지식검사대상인 유아의 부모의 가정환경

	경제 수준별 집단		
	상(n=112)	중(n=108)	하(n=129)
	평균± 표준 편차	평균± 표준 편차	평균± 표준 편차
나이(개월)	66.2± 4.08	65.6± 3.71	65.9± 3.38
아버지 나이(년)	37.8± 3.66	36.4± 2.95	35.8± 3.01
어머니 나이(년)	34.9± 2.89	34.0± 2.58	33.1± 2.90
아버지 학력(년)	17.9± 1.43	15.6± 1.74	14.9± 2.53
어머니 학력(년)	16.8± 1.30	14.5± 2.23	13.6± 2.41
형제수(명)	0.9± 0.53	0.8± 0.57	0.7± 0.58
형제순위	1.4± 0.56	1.3± 0.47	1.3± 0.55

Table 11. 영양지식 검사의 개념별 문항분포

개념(Concept)	개념설명(Description)	문항수	문항비율(%)	문항번호
생화학적 사실	영양이란 섭취한 음식을 통하여 우리의 신체를 형성하는 과정이다.	8	40	1
	우리가 섭취한 음식은 우리의 생존, 성장, 건강을 유지시키고 일하기 위한 힘을 준다			2
				3
				4
				8
영양소	식품은 체내에서 상호 작용하는 우리 몸에 꼭 필요한 화학 물질 즉, 영양소로 구성되어 있다.	6	30	9
				12
				10
				13
식품취급	식품취급 방법은 식품의 영양소량, 안전성, 모양, 맛, 가격에 영향을 준다. 이때, 식품 취급이란 식품 재배, 가공, 저장, 요리되는 모든 과정을 말한다.	3	15	11
				14
				15
				17
식품의 사회 심리학적 면	식품은 생리적 요구를 충족시킬 뿐만 아니라 사회, 문화 심리적인 욕구를 충족시키기 위한 것이다.	3	15	18
				19
				20
		20	100	

대한 문항 8문항, 영양소에 관한 6문항, 식품 취급을 다룬 3문항과 식품의 사회·심리적인 면을 포함한 3 문항으로, 총 20문항이며 각 문항에 대한 점수는 1점으로 하여 총 20점 만점으로 계산되었다.

소속 유치원의 경제 수준 상·중·하에 속한 유아들의

영양 지식 평균 점수는 각각 10.04점, 9.05점, 8.68점으로 경제수준이 높은 집단에 소속되어 있는 유치원의 유아들의 평균 점수가 다른 집단에 비해 유의적으로 높음을 알 수 있다(Table 12). 미국 Iowa state University와 National Dairy Council에서 117명 미국 유치원

Table 12. 개념별, 경제수준별 영양지식점수

(): 정답율 %

개념	경제 수준별 집단			P값
	상(N=112)	중(N=108)	하(N=129)	
	평균±표준 편차	평균±표준 편차	평균±표준 편차	
생리적사실	4.47±1.58 (55.92)	4.32±1.53 (53.94)	4.09±1.53 (51.16)	0.160
영양소	3.06±0.94 (51.04)	2.36±1.15 (39.35)	2.48±1.11 (41.34)	0.000**
식품 취급	1.09±0.58 (36.31)	1.14±0.54 (37.96)	1.02±0.52 (33.85)	0.212
식품의 사회 심리적인 면	1.41±0.88 (47.02)	1.23±0.80 (41.05)	1.10±0.85 (36.72)	0.019**
전체 문항	10.04±2.49 (50.18)	9.05±2.55 (45.23)	8.68±2.57 (43.41)	0.000**

**P≤0.01

원아들에게 영양 지식 검사를 실시한 결과 그들의 평균 점수는 12.6점으로 보고한바 있다.²¹⁾ 이는 본 연구의 유치원 유아의 영양지식 점수 9.3점보다 다소 높았으나, 미국에서 실시한 연구의 경우 연구 대상 어린이가 영양지식 검사 직전, 3개월 이내에 8시간의 영양교육을 받은 반면에, 본 연구의 대상자들은 영양지식검사전에 영양교육이 실시되지 않은 때문인 것으로 사료된다.

영양지식검사(Nutrition Achievement Test)의 결과를 개념별로 살펴보면, 생리적 사실에 대해서 53.67%의 정답율을 보여주었고 식품 취급(36.0%)과 식품의 사회 심리학적 기능(41.6%)문항의 정답율은 낮았다. 식품의 생리적 사실, 식품 취급, 식품의 사회 심리학적 면에 대한 평균 점수는 경제 수준에 따라 유의적인 차이를 보이지 않은 반면에 영양소에 대한 평균 점수는 경제 수준의 분류 집단간에 유의적인 차이가 있었다(P=0.000)(Table 13).

영양지식 점수를 문항별로 살펴보면, '지방이 많이 들어있는 식품'(12.0%), '설탕 1컵에 대한 계량'(9.7%), '요리한 음식'(9.4%)의 문항들에 대한 점수가 낮았으며 '미국 사람의 주식'(19.2%), '대보름 명절 음식'(36.4%)에 대해 묻는 문항도 비교적 잘 모르고 있었다. 경제 수준에 따라 문항별 정답율을 살펴보면, '설탕 또는 녹말이 다량 함유한 식품', '미국 사람들이 매일 섭취하는 식품'에 대해 묻는 문항은 경제 수준이 높아 집에 따라 옳게 응답한 어린이의 비율이 높았다. '건강하게 살기 위해 필수적인 것'을 묻는 문항에는 중류, 상류, 하류 가정 어린이순으로 정답율이 높았고, '지방이 함유된 식품'에 대한 문항은 하류, 상류, 중류 가정

어린이 순으로 옳게 응답하였다. 또한, '수분이 많이 들어있는 식품'에 관한 문항은 상류, 하류, 중류 가정 어린이순으로 옳게 응답하였다.

Gorelich과 Clark²⁰⁾은 3-5세의 어린이를 위한 식품과 영양에 대한 다양한 교육 자료 및 프로그램을 개발하고 이의 효과를 분석하기 위하여 187명의 유아를 실험군과 대조군으로 구별한 후 사전 검사(pretest)와 사후검사(posttest)를 실시하여 영양교육효과를 평가한 결과, 교육을 받은 어린이들에 있어 식품과 영양에 대한 지식이 교육전보다 증가하였음을 보여주었다. 그밖에도 유아 대상의 영양 교육 프로그램은 효과적으로 수행될 수 있음을 보여주는 연구가 있다.

따라서, 본 검사에서 부족하다고 평가된 개념들을 강조한 영양교육 프로그램의 개발 및 실시로 본 연구에서 문제점으로 지적된 유아들의 식습관이 상당히 향상될 수 있을 것으로 보여진다.

IV. 결론 및 제언

본 연구의 목적은 탁아기관 유아들을 위한 영양교육과 훈련 프로그램 개발을 위한 기초 연구로 그 필요성을 측정하기 위함이다. 이러한 연구 목적을 위해서 본 연구는 국·공립, 직장, 대학 및 재단 부설의 세가지의 탁아기관 유형으로 나누어 탁아기관 자모 68명을 대상으로 유아의 식생활 태도 및 식습관을 조사하였고, 경제 수준(상·중·하)이 다른 349명의 유아(幼兒)를 대상으로 영양지식을 조사하였다.

본 연구의 결과를 요약하여 보면 다음과 같다.

(1) 유아의 식생활 태도에 문제점이 있다고 응답한 자모는 76.4% 이었으며, 식생활 태도의 문제점으로는 '편식'과 '불규칙적인 식사 시간', 그리고 '식사를 거르는 것' 등을 지적하였다.

(2) 편식을 하는 주된 이유로는 대부분의 경우 '맛'과 '질감' 때문인 것으로 나타났다. 자녀들의 편식에 대한 부모의 반응은 '이해를 시킨 후에 먹도록 권유'하는 경우가 가장 많았으며 '새로운 조리방법을 개발해서 시도'하는 경우는 극히 적었다.

(3) 직장 탁아소의 유아들의 경우 70.6%가 매일 아침 식사를 하는데 반해, 대학 부설 사립 탁아소와 국·공립 탁아소 유아들은 54.5%, 47.5%만이 매일아침 식사를 하는 것으로 나타났는데, 아침 식사를 하지 않는 이유로는 '유아가 아침 식사를 하지 않으려 하는 경우'가 가장 많았으며, '아이의 기상 시간때문'이 그 다음이었다.

(4) 유아들의 결식 빈도수는 주당 1-2회인 경우가 가장 많았는데, 대학 부설사립 탁아소와 국·공립 탁아소 원아의 경우는 결식 빈도수가 3-4회인 경우가 36.4%, 35.0%를 차지하였다.

(5) 유아(幼兒)의 영양지식 점수는 20점 만점 기준에 평균 점수 9.3점이었으며 경제 수준이 높은 집단의 유아들의 영양 지식 점수가 다른 집단에 비해 유의적으로 높았다($P=0.0001$).

(6) 영양지식검사 내용을 개념별로 살펴보면, 식품의 생리적 사실의 개념을 다룬 문항들은 원아의 50%이상 이 바르게 응답한 반면에 식품 취급과 식품의 사회, 심리학적 기능에 대한 문항들에서는 원아의 45% 미만만이 바르게 응답함으로써 유아들의 영양교육 및 지도 프로그램에서 이에 대한 내용이 정확히 전달 이해될수록 하여야 한다.

본 연구 결과를 근거로 몇가지 제언을 하면 다음과 같다.

1. 탁아기관의 영유아 영양 및 식사지도에 관한 교육 프로그램으로 원아를 위한 유아용 교육 과정 교재가 개발되어야 한다. 여기에는 편식지도, 불규칙적인 식사, 결식의 문제점과 개선 방법이 반복·언급됨으로써 효율적인 영양교육이 이루어지도록 하여야 한다.

2. 탁아기관의 원아를 위한 영유아 영양 및 식사지도에 관한 교육 과정 내용상에 식품의 취급, 식품의 사회 심리학적 기능에 대한 개념들이 강조되어야 한다.

참고문헌

1. 한국 행동 과학 연구소, 전국 탁아 수요 및 부모의 요구 조사 연구, 1990.
2. 법률 제 4,328호, 영유아보육법, 1991년 1월 14일.

3. 대통령령 제 13,444호, 영유아보육법 시행령, 1991년 8월 1일.
4. 보건사회부령 제 876호, 영유아보육법 시행 규칙, 1991년 8월 8일.
5. 이기열. 특수 영양학, 신광 출판사, 1990.
6. 이양자. 두뇌 발달과 영양. 가정학연구의 최신정보, 대한가정학회편, 신광 출판사, 1977.
7. Winick M. Changes in nucleic acid and protein content of the human brain during growth. *Pediat, Res* 2; 352, 1968.
8. Stewart RTC, and Platt BS. Nervous System damage in experimental Protein-calorie deficiency, In: Malnutrition learning and behavior. edited by Scrimshaw NS and Gordon JE. Cambridge, Mass; M.I.T. 1968.
9. 문 수재, 영양과 건강, 신광 출판사, 1991.
10. Yperman AM, Vermeersch JA. factors associated with childrens food habits. *J Nutr Educ* 11(2); 72, 1979.
11. Davis SS, Bassler EM, Anderson JV, and Fryer HC. A Nutrition Education Program for Preschool Children. *J Nutr Edu* 15:4, 1983.
12. Guarino MA, Wittsten AB, and Gallo R. A Program of nutrition Education for School and Community. *J Nutr Educ* 16: 125, 1984.
13. Singleton N and Rhoads DS. An Assessment of The Nutrition Education of Students in Grades 3 to 12. *J Am Dietet A* 84: 59, 1984.
14. Skinner JD, Cunningham JL, Cagle LC, Miller SW, Teets ST, and Andrews FE. An Integrative Nutrition Education Framework for Preschool through Grade 12. *J Nutr Educ* 17: 75, 1985.
15. 광충실. 모자영양과 식이요법에 관한 영양지도자료의 개발 및 평가 연구. 서울대학교 대학원 석사학위 청구논문 1984.
16. 모수미, 이정원. 지역사회 영양교육매체의 평가. 대한보건의학회지 4(1): 17, 1978.
17. 이보경. 농촌 새마을 부녀회원을 위한 모자영양지도 자료의 개발 및 사전평가연구. 서울대학교 대학원 석사학위 청구논문 1983.
18. 이해상, 모수미. 서울 시내 번두리 저소득 지역 유아원 어린이의 영양실태조사. 대한가정학회지 24(2) : 37, 1986.
19. 김창임, 이심열, 윤은영, 이해상, 한동령, 김숙배, 이경자, 모수미. 유아원 급식의 영양효과에 관한 실태조사. 대한보건의학회지 13(2): 87, 1987.
20. 모수미, 윤혜영, 윤복희, 이경신, 최경숙. 강원도 홍천군 농촌 유아원 어린이의 영양실태조사. 대한가정학회지 27(2): 53, 1989.
21. National Dairy Council and Iowa state University. Nutrition Achievement Test. Test Manual.
22. 모수미, 우미경. 식생활환경의 요인에 따른 유아원 원아의 식행동. 대한가정학회지 22: 1, 1984.

23. 모수미, 현대선, 이종현. 유아원 급식의 영양 평가 및 개발에 관한 연구. 대한 보건 협회지 **10**(1); 101-107, 1984.
24. 모수미, 광충실, 이해상, 김숙백, 한동령, 이종현, 주신일, 최정수. 일차 보건 진료 사업을 위한 영양 교육 자료 개발 및 평가. 대한 보건 협회지 **10**(2) 1-2, 1984.
25. 이은화, 모수미. 도시 저소득층 유아원 어린이의 영양 실태 및 식생활 조사 총괄. 대한 보건 협회지 **12**(1): 29-42, 1986.
26. 모수미, 윤혜영. 농촌 유아원의 식생활 및 기생충 실태 조사. 한국 영양 식량학회 **19**(1); 35-52, 1990.
27. 김희경, 모수미. 일부 도시 저소득층의 취학전 어린이의 영양 실태에 관한 연구. 대한 보건 협회지 **5**(1): 55, 1979.
28. 박명윤. 농촌 보건 사업 지역의 어린이 영양 실태 조사. 대한 보건 협회지. **6**(1); 109, 1980.
29. 박명윤. 농촌 보건 사업 지역의 어린이 영양 조사 총괄. 대한 보건 협회지 **7**(1); 77, 1988.
30. 이종미. 유치원 아동의 영양 섭취 실태와 성장 발육에 관한 연구, 한국 영양학회지 **9**(1) : 51, 1976.
31. 현화진, 모수미. 일부 고소득 아파트 단지 내 유아원 어린이의 성장 발육 및 영양에 관한 연구. 한국 영양학회 **13**; 27, 1980.
32. 임현숙. 취학전 아동의 식사 행동에 관한 연구. 한국 영양학회지 **10**: 19, 1977.
33. Caliendo MA, Sanjur D, Wright J, and Cummings G. Nutritional Status of Preschool Children. J am Diet Assoc **71**: 20, 1977.
34. Birch LL. Effects of Peer Models' Food Choices and Eating Behaviors on Preschoolers' Food Preferences. Child Development **51**: 489, 1980.
35. Beyer NR, and Morris PM. Food Attitudes and Snacking Patterns of Young Children. J of Nutr Educ **6**: 131, 1974.
36. Herzler AA. Children's Food Patterns -- A Review: Food Preferences and Feeding Problems. J am Diet Assoc **83**: 551, 1983.
37. Herzler AA. Children's Food Patterens--A Review: II. Family and Group Behavior. J am Diet Assoc **83**: 555, 1983.
38. 모수미, 우리나라 영양 교육의 현황과 개선 방안. 한국 영양학회, **23**(30) : 208-212, 1990.
39. Gorelich MC, and Clark EA. Effects of a Nutrition Program on Knowledge of Preschool Children. J Nutr Educ. **17**(3): 88-92, 1985.