

곡물의 소비변화에 따른 한국의 주식 유형

한 경 선

상지대학교 병설 전문대학 식품영양학과
(1995년 5월 20일 접수)

A Study on the Changes in Staple Food Consumption of Korea

Kyoung-Sun Han

Department of Food and Nutrition, Sang-ji Junior College
(Received May 20, 1995)

Abstract

After 1960, staple food consumption pattern of Korea underwent a significant change from the former rice-barley pattern to the present rice-wheat pattern. Therefore the present staple food consumption pattern of Korea may be defined as a mixture of grain and flour consumption.

I. 서 론

우리나라는 신석기 후기에 잡곡농사로 농업을 시작한 이후 기원전 10세기경에 일부지역에 벼가 들어온 이후 기후면에서 벼농사에 적절한 일조량과 강우량을 갖추고 있어 식미가 좋은 벼농사를 위주로 이를 생업으로 하면서 겸하여 각고장의 특성에 따라 보리, 조, 기타 잡곡류를 다양하게 경작하였다. 우리나라 곡물음식의 발달형태는 죽과 미숫가루에서 시작하여 떡류, 찜밥으로 발전하였으며 삼국시대 후기에 이르러 벼농사가 일반화되고 뚜렷한 무쇠술이 쓰이게 되어 현재의 밥짓기 방식이 개발되었다. 쌀, 보리, 조등으로 밥을 지어 주식으로 하고 여러가지 반찬을 부식으로 하는 것이 우리의 전통 일상식이었다¹⁾. 이렇게 세끼를 밥과 반찬의 식사를 하던 것이 현재 정부의 시책, 여러 식량 수급 상황, 소득의 증가등 사회변동상황에 따라 변화되어 가고 있다는 여러 보고들²⁻⁶⁾이 있다.

따라서 본 연구는 실태조사를 통한 조사가 아닌 주식곡이 되는 쌀, 보리, 밀의 1960년부터 현재까지의 수급상황을 분석하여 우리의 주식유형이 어떻게 변화되었는가를 규명하여 보고자 하였다.

II. 주식곡물의 생산추이

1. 쌀

우리의 주식곡이었으므로 쌀의 생산증대를 위한 토지제도의 개선, 농업기술의 개발연구등은 쌀을 재배하

기 시작한 이후로 오늘날까지 역대의 각 정권이 기본주요시책으로 삼아왔다.

특히 1960년대 후기로부터 실시한 농업에 현대 기술화, 수리사업의 확대실시, 비료와 농약 살포에 관한 연구와 계몽등은 쌀의 증산을 위한 기술발전에 기여하였다. 또한 쌀의 증산을 위하여 다수확 신품종 육성에 부단히 연구와 지원을 계속한 결과 60년대 후반에 통일벼가 육성되었고 정부에서도 통일벼 재배 권장시책을 적극적으로 추진하여 쌀증산에 획기적 계기를 마련하였다. 통일형 벼의 재배면적은 그림 1과 같이 74년에 벼 전재배 면적의 15%이던 것이 78년에는 58%로 증가하였으며 쌀 생산량이 65년에 24,000천석에서 74년 30,867천석, 78년에는 40,258천석으로 증가되었는데 그중 통일벼의 점유율이 75년 33%, 80년 50%에 이르렀다. 이같이 다수확 벼품종의 권장과 쌀의 증산이 이루어지던 한동안은 산업화정책이 추진되면서 국민소득이 1965년 101달러에서 1980년 1,636달러로 증가된 기간이었다. 이런 환경에서 국민의 식생활양식도 변화를 가져와 소비자들 사이에 양질미에 대한 선호도가 높아짐에 따라 일반계 품종과 통일계 품종의 가격차가 계속 벌어지고 통일계 품종재배의 이점이 없어져 1970년말부터는 농민들간에 통일벼 재배의 기피현상이 나타나게 되어 81년에는 통일계 재배면적 비율이 전재배면적의 20%로 줄었고⁷⁾ 1989년에는 16%, 1991년에는 4%로 크게 저하되었다⁸⁾.

그러나 벼의 품종연구진들이 통일형과 일반형 벼의 3원교잡을 통해 일반형 다수계 신품종 벼를 육성한

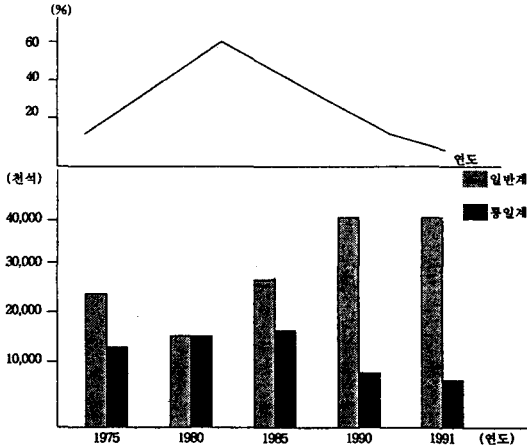


그림 1. 통일형벼의 재배면적비와 품종별 생산량
 자료: 농수산 통계연보, 농수산 통계관실

표 1. 밀의 생산량과 식부면적 (단위: 千ha, 千M/T)

연도	밀	
	식부면적	생산량
1980	28	92
1985	3	11
1989	0.4	1
1990	0.3	1
1991	0.2	1

자료: 농림수산부, 「작물통계」

결과 쌀의 수확량은 계속 증가되어 1985년 일반계 수확량이 30,000천석으로 늘어났고 1990년 34,024천석으로 늘어나 자급하고도 남고있는 상황이다⁷⁾.

2. 보리

1960년부터 답리작의 활용으로 증산되어 1975년에는 2,300천톤에 이르렀으며 이것이 국내보리의 최대 생산량이다. 그러나 보리는 타작물에 비해 단위면적당 소득이 낮아 농촌의 일손부족이 심하여 식부면적이 감소하고 있으며 단위면적당 생산이 증가되었어도 총 생산량이 줄고 있다⁹⁾.

1981년 919천톤에서 1985년 583천톤, 1990년 417천톤, 91년 340천톤으로 계속 줄고 있다.

보리는 겉보리와 쌀보리, 맥주보리로 나뉘는데 겉보리와 쌀보리의 생산은 줄고 맥주보리의 생산이 증가되는 상황이다⁸⁾.

3. 밀

밀생산은 1965년 27%의 자급을 보이다 계속 줄어

표 2. 밀의 수입량 (단위: 千M/T)

연도	수입량
1971	1,533
1975	1,703
1980	1,810
1985	2,996
1990	2,283

자료: 농림수산부 糧政局 糧政課

표 3. 국적별 밀 도입실적(1993년도)

	미국맥	호주맥	캐나다맥	기타	계
수량 千M/T	1,403	1,168	2,260	106	4,938
구성비(%)	28.4	23.6	45.8	2.2	100
千달러	248	158	254	11	673
구성비(%)	36.9	23.5	37.9	1.7	100

자료: 관세청, 「무역통계연보」

1980년 92천톤에서 91년 1천톤으로 줄어 거의 전량 수입에 의존하고 있는데 미국인여 농산물 원조계획에 의거하여 수입되었다. 미국의 대외원조 연감추세에 따라 68년까지는 전량 정부 대 정부의 무상수입이었으나 69년부터는 무상조건분과 병행하여 정부의 장기차관에 의한 유상수입분으로 양분된후 무상수입분은 72년을 끝으로 중단되었다.

그 이후 유상수입만이 계속되다가 74, 75년 2개년 간은 일시 중단되었고, 76년부터 재차 수입되어 오다가 81년을 끝으로 PL 480호는 완전 중단되었다. 이외에 KFX에 의한 자금과 OCC 자금(미국 상품신용공사공여)에 의한 연불수입이 66년부터 계속되고 있다¹⁰⁾. 1972년부터 현재까지의 수입량을 보면 1972년 1,533천톤, 1975년 1,703천톤, 1980년 1,810천톤, 1985년 2,996천톤, 1990년 2,283천톤, 1992년 3,856천톤으로 증가했다⁸⁾.

밀의 국적별 도입실적을 보면 표 3과 같이 90년까지는 주로 미국이 80% 이상을 차지하였으나 미국산 밀에 비해 제면성이 우수하고 도입가격이 낮은 점 등으로 인해 최근에는 호주 및 캐나다밀의 수입이 늘어나 미국밀의 도입비중을 훨씬 상회하고 있다.

III. 주식곡물의 소비추이

주식곡물의 소비추이를 보면 표 4와 같이 쌀의 소비량은 1965년에는 1인당 연간 122 Kg이었다가 1970년에는 136 Kg이었으며 이것은 전기간에서 최대의 수치이다. 이 시기의 우리나라 국민 식품 섭취의 실태를 권장량에 비추어 볼 때 열량, 단백질의 섭취가 부족한

시기였으며 이때의 쌀의 소비 증가는 소득의 증가율이 크지 못한 경제상황에서 영양섭취와 기초충족을 증진시키는 수단으로서 우선 쌀의 소비량부터 증가하게 된 것이었다고 해석된다. 그러나 쌀 소비의 증가에 따라 1965년에 자급율이 103%이던 것이 70년에는 94%로 떨어졌으며 정부에서는 다수확 신품종 육성에 힘쓰는 한편으로 쌀의 수입을 증가시켰고 67년부터는 쌀소비 억제 시책을 썼다. 그 시책은 급식판매업소에 25% 이상의 보리쌀이나 면류를 혼합해서 팔게하고 수, 토요일에는 점심에 쌀을 원료로 한 음식판매를 금지시켰으며 쌀을 원료로 한 과자류나 엿등의 생산을 금지시키고 7분도 이내의 쌀사용을 권장하고 초, 중, 고등학교에서 도시락 검사를 실시하는 것이었다.

이러한 노력에 영향을 받아 1975년에는 1인당 소비량이 120 Kg으로 감소하여 1970년에 비하여 12%의 감소를 보였다. 70년대 후기에는 정부의 증산 노력의 일환으로서 통일계 신품종의 개발과 보급이 본격적으로 확대되어 1977년에는 사상 최다의 기록인 500만 M/T을 초과하는 생산량을 기록하게 되었으며 이러한 환경에서 1980년의 쌀 소비량은 1인당 연간 132 Kg이 되었다. 이러한 증산 결과 정부에서는 혼분식 장려운

동을 중단하였고 쌀막걸리의 제조 및 판매허용, 7분도 도정율 규제해제 및 쌀을 원료로 한 가공식품 소비허용등 쌀 소비 규제조치를 해제하게 되었다. 그 결과 쌀소비량이 다시 증가추세를 보였으나 80년을 기점으로 국민소득이 증가되면서 육류, 어패류, 과일류의 소비가 증가되자 완만한 감소 추세를 보여 1985년 128 Kg, 1990년 120 Kg으로 줄어들고 있다. 즉 쌀의 소비는 1965년과 1970년 사이에 증가를 보이다 점차 감소추세에 있다.

보리는 1965년과 1975년 사이에는 거의 일정한 수준으로서 1인당 연간 37 Kg을 소비하고 있는데 이때는 쌀이 부족하였고 정부의 혼식장려운동의 영향도 반영된 결과였다. 그러나 1980년 이후에는 쌀의 생산이 증가되면서 혼식장려운동도 폐지되었고 소득이 증가되면서 보리의 선호도가 떨어져 1인당 연간 소비는 1980년 13.8 Kg, 1985년 4.5 Kg, 1990년 1.6 Kg으로 급격히 저하되고 있다. 보리의 소비가 낮아진 것은 첫째로 보리알맹이의 구조적 특성이 일반도정으로서는 겨층이 쉽게 제거되지 않아 소화율이 떨어지고 불쾌한 맛과 냄새가 있고¹²⁾, 보리는 가난할 때의 양식이란 편견이 남아있고 옥수수나 밀가루에 비해 가격이 비싸서 가공제품의 개발이 다양하게 이루어지지 못하였기 때문이다⁸⁾.

밀가루는 60년도 미국에서 밀의 무상원조가 있었어도 밀가루 음식에 익숙치 않던 60년대 중반에는 밀의 소비가 연간 13.8 Kg에 머물고 있었으나 67년 이후 분식장려운동, 학교의 빵 급식의 실시, 제빵, 제과등의 식품기술의 발달로 소비량이 증가되어 1970년에는 1인당 연간 26.1 Kg, 1975년 29.5 Kg, 1985년 32.1 Kg, 1990년 33.5 Kg으로 1985년 이후부터는 거의 안정상태에 머물고 있다.

밀가루 제품의 용도별 소비량을 보면 1991년 기준

표 4. 곡물의 소비량 추이(1인당 연간) (단위 Kg)

연도	곡물	쌀	보리	밀
1965	189	121.8	36.8	13.8
1970	219.4	136.4	37.3	26.1
1975	207.3	123.6	36.3	29.5
1980	195.1	132.4	13.8	29.4
1985	181.7	127.6	4.5	32.1
1990	174.4	119.6	1.6	33.5

자료: 한국경제연감, 전국경제인연합회

표 5. 밀가루 용도별 소비량

구분		연도	1980	1982	1985	1988	1990	1991
소비량	千M/T		1,462	1,423	1,610	1,681	1,520	1,447
소비	가정용		17.9	16.9	8.5	1.3	4.8	2.9
	요식업소용		14.5	15.3	8.9	2.7	-	-
	제면용		22.8	26.1	33.3	41.5	42.9	48.6
	제과, 제빵용		19.0	17.5	23.8	24.8	24.7	22.3
비율	양조용		15.9	14.9	14.1	14.5	7.3	4.8
	공업용		3.0	2.1	3.2	4.6	4.2	2.8
	장유용		-	-	1.5	3.8	3.7	3.7
	기 타		6.9	7.2	6.7	6.8	12.4	14.9
	계		100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

자료: 한국제분 공업협회

으로 제면용 48.6%, 제과, 제빵용 22.3%로 이들이 차지하는 비율이 70% 이상이며 특히 제면용의 비율이 증가되고 제빵용은 1985년 이후 감소하는 추세이다.

IV. 곡물소비로 본 섭취열량

쌀, 보리, 밀의 1인당 연간 소비량을 기준으로 해서 그것을 1인당 1일의 섭취량으로 계산해 보면 표 6과 같이 1965년에 쌀이 1,134 Kcal, 보리 368 Kcal, 밀 133 Kcal로써 총곡물의 열량은 1,657 Kcal이다. 5차 개정된 성인 남자 권장량을 2,500 Kcal, 여자 2,000 Kcal로 이들 두군의 평균인 2,250 Kcal를 권장량으로 볼 때 1,657 Kcal는 총열량의 74%에 해당된다. 이 시기의 국민영양조사 보고자료가 없어 알 수 없으나 1969년의 식품수급표에 의하면 당시에 곡물에서 얻는 열량비가 80.3%임을 생각할 때 그보다 4년전인 1965년에 이보다 낮은 곡물의 열량비를 낼 수는 없는 것으로서 이 시기는 섭취열량이 부족된 시기였다.

1970년에는 쌀 1,265 Kcal, 보리 375 Kcal, 밀 252 Kcal로써 총 곡물의 열량은 1,885 Kcal로 권장량의 84%에 해당된다. 즉 1970년의 쌀소비의 증가는 소득의 증가비율이 낮은 상황에서 좋은 영양을 취할 수 있는 최선의 방법이었을 것이다. 그후 소득이 증가되면서 곡물의 소비가 줄어 1980년에는 쌀 1,230 Kcal, 보리 139 Kcal, 밀 280 Kcal이고 총 1,649 Kcal로 권장량의 73%로 줄어들고 1990년에는 쌀 1,115 Kcal, 보리 15 Kcal, 밀 322 Kcal로 총 1,452 Kcal이고 권장량의 64%로서 한국인의 바람직한 탄수화물 섭취비율인 60~65%에 상당히 근접되고 있다.

또한 1965년에는 곡물이 내는 열량의 69%가 쌀이고 보리가 23%, 밀 8%로 쌀과 보리가 곡물의 주급원이었으나 1990년에는 쌀 77%, 보리 1%, 밀 22%로 쌀과 밀이 주급원으로 바뀌었다. 1965년과 1980년은 곡물의 섭취에 의한 열량은 비슷하나 1965년에는 소득이 낮은 상황에서 곡물섭취의 분량조차 부족한 시기이고 1980년에는 곡물의 섭취가 줄어든 영양상으로는 바람직한 상태가 된 것이다. 즉 소득이 낮은 생활에서는 좋은 영양을 유지하기 위한 가능한 수단이 적은 비용으로 열량을 충당할 수 있는 곡물의존의 식생활이었으며 이때는 보리밥, 쌀밥의 주식형태가 거의 전부였으나 소득의 증대, 식품산출의 증대 환경에서 보리밥, 쌀밥, 빵, 국수, 라면등으로 다양하여졌으며 이러한 상황에서 곡물의 소비실태에 변화가 있었다. 특히 1980년부터 쌀의 산출량이 국민의 주식의 공급에는 문제가 없는 상황이 됨으로써 각 개인이 자신의 기호에 따라 주식을 선택하여 섭취할 수 있는 환경이 되었고 식품의 소비

표 6. 연도별 섭취곡물의 열량(1인 1인당 Kcal)

구분	연도	1965	1970	1975	1980	1985	1990
쌀		1,134	1,265	1,156	1,230	1,190	1,115
보리		368	375	347	139	44	15
밀		133	252	292	280	308	322
계		1,657	1,885	1,795	1,649	1,542	1,452

유형이 곡류에서 얻는 섭취열량의 비율이 감소되면서 곡물의 소비실태가 안정되어가는 추세이며 곡물 이외의 식품섭취에 비중을 두는 단계가 되고 있다.

앞으로 곡물의 소비형태는 여전히 쌀, 밀, 보리의 순으로 거의 밥과 빵, 국수로 이어질 것 같으나 밀 소비가 어느정도 안정되어 가는 추세로 보아 다른 나라처럼 밥과 반찬의 주식의 형태에서 한끼 정도는 빵으로 완전히 바뀌는 그런 변화는 없을 것으로 보여진다.

V. 결 론

1965년에는 밀가루 소비량이 보리 소비량의 1/3 수준을 약간 상회하였으나 1990년에는 밀가루를 보리보다 약 21배 정도 더 많이 소비하고 있다. 이러한 곡물소비 실태에서 우리의 주식유형이 전통적인 쌀과 보리 형태에서 쌀과 밀의 형태로 바뀌었음을 알 수 있다.

특히 밀가루의 용도별 소요량이 제면용과 제빵용의 사용이 증가 추세인 것을 알 수 있다. 그러나 밀가루의 소비가 1985년부터 증가하지 않고 안정되고 있으며 특히 제빵용의 밀가루의 사용도 일정한 수준으로 유지하고 있어 앞으로 계속 주식을 빵으로 먹는 비율이 늘어날 것이라고 생각하기는 어렵다. 그러나 우리의 주식이 쌀, 보리등으로 입식(粒食)형태 음식인 밥 위주의 주식형태에서 밀가루로 만든 빵이나 면을 일부 밥의 위치에 대치하게 되어 입식(粒食)과 분식(粉食)의 혼합형 주식형태로 변화되고 있다고 볼 수 있다. 따라서 국내에서 생산이 가능한 쌀과 보리의 연간 소비량이 감소하는데 비해 대부분을 수입에 의존하고 있는 밀의 소비량이 증가되는 것을 식량 수급면에서 생각해 볼 일이다.

참고문헌

1. 윤서석. 증보한국식품사 연구. 신광출판사. 1992.
2. 한경선 외 1. 한국가정의 일상식의 구조에 관한 연구. 대한가정학회지 25(2): 72-73, 1987.

3. 이기춘 외 5. 산업사회의 소비자 형태연구. 대한가정학회지 27(2): 121, 1989.
4. 이종미. 산업화에 대한 식생활변화 소고. 대한가정학회지 26(4): 181-188, 1988.
5. 이정주. 서울지역을 대상으로 한 식습관의 변화에 관한 연구. 중대석사 논문 6, 1985.
6. 손경희 외 2. 각연령층에 따른 한국인의 섭취태도 및 생태학적 연구. 연세논총. 1981.
7. 윤인화 외 1. 한국산 미곡 통일형과 일반형 미질 특성, 식품과학과 산업 23(1): 11, 1990.
8. 한국경제연감. 전국경제인 연합회. 1994.
9. 농림수산부. 작물통계. 1988.
10. 이현유. 제분법, 식품기술 11: 8-9, 1988.
11. 관세청. 무역통계연보. 1994.
12. 국내외 기술정보. 식품기술 1(2): 66-67, 1988.