

시설노인의 식생활태도에 관한 연구

조경자[†] · 한동희*

경성대학교 생활과학부

*노인생활과학연구소

Study on Food Habits of the Elderly in Institution

Kyung-Ja Cho[†] and Dong-Hee Han*

Dept. of Living Management, Kyung-Sung University, Pusan 607-001, Korea

*Research Institute of Science for Better Living for the Elderly, Pusan 601-060, Korea

Abstract

The purpose of this study is to compare food habits of four institution(public boarding home, public nursing home, private boarding home, meal service in welfare center) in Pusan, Korea. Data were collected from 119 of were more than 65 years in the above institutions. Chi-square test was the main data analysis method. More than a quarter of the respondents(27%) showed fairly good level of activity, while a half of them(52.9%) answered the middle level. More than 80 percent of the respondents reported that their food attitude was "Good". There were more elderly women than elderly men among the four institutions. Although the four institutions have served snacks on the regular basis, they did not provide the residents with nutritious food. Most of the residents want to have snacks between meals, but they did not prefer candy. All the subjects didn't point out any particular problem of institution. They were accustomed with their old food habits. Moreover comparing their poor food habits, they thought there was no problem food served by their institution. As food preferences, almost all of the respondents preferred cooked rice and cooked rice with cereals. Only the residents of private boarding home liked cooked rice with red bean. In case of soup, all of residents liked any kind of soup. The most preferred meat menu was beef. But only the residents of private boarding home did not like pork. All residents liked any all kind of *kimchi* except *kimchi* made by radish. In preference of cooking method of a side dish, seasoned food and vegetables were the most favorable menu by the respondents. Compared to the private home, the institutions give residents effective plan to prepare meals. Even though this study tried to find differences in attitudes of dietary life among the institutions, it could not find any meaningful difference among them. Korean elders in the institutions seem to have no proper that they do not have any proper sense of evaluating their dietary life.

Key words: food habits, food preference of the elderly in institution

서론

1996년 보건복지부 통계에 따르면 전국에 양로시설 102개, 요양시설 60개로 162개의 시설이 분포되어 있으며, 이중 무료시설 134개, 실비가 15개, 유료시설이 12개로 나타나고 있다(1). 그러나 아직도 우리나라 노인시설은 열악한 무료시설이 134개로 노인의 다양한 욕구를 충족시켜주지 못하고 단순히 수용의 개념으로 정부 지원체제로 운영되고 있다. 또한 유료시설도 경기도를 중심으로 전국에 1~2개 정도 있으나 시설관리나 노인들 개인의 욕구를 충족시키기 위한 다양한 프로그램

이 구체화되지 않고 있는 실정이다. 특히 선행 연구(2-4)에서 지적된 바와 같이, 시설수용노인의 식생활 문제는 앞으로 증가하게 될 노인시설의 가장 중요한 핵심과제로 여겨진다. 현재 무료시설의 급식형태는 대부분 저소득에 대해 도움을 주는 것이며, 정부, 개인 또는 보호단체의 자선에 의한 유지로 급식의 양과 질도 다른 급식시설 즉, 병원, 학교, 공장, 기숙사, 협동취사시설 등의 급식시설에 비해 재정적으로 만족되지 않는 경우가 많다(2). 유료시설 역시 노인을 위한 전문적 식단 계획을 할 수 있는 모형 마련이 되지 못하고 있는 실정이다.

노년기의 영양상태는 노화에 따른 생리적 기능의

[†]To whom all correspondence should be addressed

감퇴, 잦은 질병, 사회·경제적·심리적 위축 등으로 인해 매우 불리한 상태이며 이러한 복합적인 요인에 의하여 건강문제가 발생된다(5). 시설 노인의 경우, 단조로운 생활 속에 다양한 구성의 식사가 이루어지지 못하면 노인의 건강이나 생활면에 불리한 조건으로 작용될 수 있다. 따라서 노년기 건강과 직결될 수 있는 식생활은 단체 생활을 하는 노인들에게 매우 중요한 요소로 생각된다. 일본의 경우는 고령자를 위한 식생활 지침이 마련되어 대상 특성별 건강 만들기 식생활 지침이 제공되고 있으며 식사방법, 요리방법, 노인특성에 맞는 음식을 제공하고 있다. 우리나라의 경우 양로원, 요양원의 급식 유형이 크게 다르지 않지만 일본은 시설의 시설 평가 개선 230개 항목 중에 노인의 영양관리도 평가 항목의 큰 역할을 하고 있기 때문에 노인들의 식사 환경, 정비 등을 위해 시설들이 식사관리에 많은 노력을 하고 있다(3). 특히, 고령이 되면 소화기관도 점차 그 기능이 약해져 소량의 식생활 변화에도 예민하게 반응해 변비나 설사를 일으키기 쉬운 상황을 고려하여 견고한 야채나 과일 등을 섭취하기 곤란할 때 잘게 썰거나 부드럽게 끓여서 많이 섭취하게 하는 방법이나 고구마류는 섬유질이 많으므로 노인에게 적극 권장되고 있으며 다양한 조리방법을 노인의 특성에 맞게 제공하며, 수분 보급의 경우도 충분히 수분을 공급하기 위하여 스프 등 국종류를 노인에게 다양하게 공급하고 있다. 특히 만성질환 노인에게는 평상시 병상, 식사 상황을 잘 알아두고 영양상황을 종합적으로 판단하고 식사 개선 지도를 하고 있다(4).

미국 역시 식사와 다양한 레크레이션과 취미활동이 조직적으로 이루어지고 식사 내용도 종합적이고 영양적인 면, 활동량, 개인의 특성들이 고려되어 계획화된 식단을 통해 제공되고 있다(6). 따라서 본 연구에서는 단체급식이 제공되는 무료 요양원, 양로원, 유료 양로원, 복지관 무료 급식을 이용하는 노인들의 식생활 태도, 기호도, 간식 및 생활 태도 등을 비교·조사하여 노인들의 식생활 실태와 제 문제점을 분석하여, 우리나라 시설노인의 식생활의 문제점을 지적하고 앞으로 시설노인의 식단구성에 참고가 될 수 있는 제언을 하는데 연구의 목적을 두고 있다. 비록 각 기관간의 식단 비교는 이루어질 수 없으나 각 시설의 식생활 실태가 조사되어 앞으로 증가될 노인시설의 식생활에 대한 제 문제점이 지적될 수 있다고 여겨진다.

연구 방법

조사대상 및 기간

조사대상은 시설에 거주하는 노인과 복지관 무료급

식을 이용하는 노인을 선정하였다. 무료 양로원 1곳(36명), 유료 양로원 1곳(20명), 무료 요양원 1곳(30명), 복지관 1곳(33명)이다. 총 119명의 65세 이상 노인을 대상으로 1998년 1월 5일부터 1월30일 사이에 조사를 실시하였다.

조사방법

설문지법을 이용하여 개별면담을 첨가했고, 시설노인의 일반적 사항, 식생활태도, 기호도, 생활태도 등에 관하여 조사하였다. 식사내용은 설문조사한 날의 식단을 분석하여 각 시설을 비교 조사하였으며, 각 기관별로 동일 식단이 아니므로 일주일 단위와 설문한 날의 식사내용을 파악하였다.

조사내용

시설노인의 성별, 연령, 활동정도, 식습관 양호도를 조사하였고, 식생활 태도는 3점 Likert 척도로 하여 노인들이 식사를 대하는 태도를 10문항으로 구성하였으며 주요내용은 밥맛, 운동, 식생활의 긍정적 태도 등이다. 신뢰계수는 $\alpha=0.69$ 였다. 점수가 높을수록 식생활 태도가 양호하고, 식사를 즐겁게 하고 식사에 대한 태도가 좋은 것으로 해석하였다. 그 외 식습관의 문제점, 새로운 식품에 대한 태도, 기호도 및 시설에 관한 내용 등을 조사하였다.

자료처리 및 분석방법

SPSSWIN 통계분석 프로그램을 사용하여 일반적 사항은 단순 통계분석을 하였고 성별, 시설형태에 따른 노인의 식생활태도의 관련성은 X^2 -test를 실시하여 검증하였다.

결과 및 고찰

조사대상자의 일반적 특성

본 연구의 대상자는 Table 1과 같이 무료 양로원 36명, 요양원 30명, 복지관 33명, 유료 요양원 20명으로 구성되었고 남·녀 노인을 고루 표집하였다. 거동 가능한 노인이 52.9%로 높게 표집되었고, 식습관 양호도도 본인이 주관적으로 좋게 생각하고 있는 노인이 84%로 높게 구성되었다. Table 2에서 나타난 결과처럼 유료 양로원을 제외하고 여자 노인이 남자 노인보다 시설을 더 많이 이용하고 있었다.

시설형태에 따른 조사내용

시설형태에 따른 노인의 활동정도

Table 3과 같이 시설형태에 따라 노인의 활동량에

Table 1. The general characteristics of subjects

Content	Group	N(%)
Sex	Male	50(42.0)
	Female	69(58.0)
Age(years)	65~69	36(30.3)
	70~74	33(27.2)
	75~79	20(16.8)
	80 over	30(25.2)
Type of institution	Public boarding home	36(30.3)
	Public nursing home	30(25.2)
	Welfare center	20(16.8)
	Private boarding home	33(27.7)
Activity ¹⁾	Good	33(27.7)
	Middle	63(52.9)
	Bad	23(19.3)
Food attitude ²⁾	Good	100(84.0)
	Middle	15(12.6)
	Bad	4(3.4)

¹⁾Activity: Respondent's self-evaluation of their degree of activities.

²⁾Food attitude: Respondent's self-evaluation of their degree of food attitude.

Good: Respondence's "Good" by themselves.

Middle: Respondence's "Not so bad" by themselves.

Bad: Respondence's "Bad" by themselves.

Table 2. Utilization of institutions by sex

Sex	Boarding home		Public nursing home N(%)	Welfare center N(%)
	Public N(%)	Private N(%)		
Male	17(47.2)	13(65)	12(40)	8(24.2)
Female	19(52.8)	7(35)	18(60)	25(75.8)
Total	36(100)	20(100)	30(100)	33(100)

는 유의한 차이가 나타났다($X^2=44.39$ $p<.001$). 요양원 노인들의 활동이 가장 낮았고(15.1%), 타시설의 노인들은 활동정도가 중이상으로, 활동정도는 양호한 것으로 나타났다(82.6%).

시설형태에 따른 식생활 태도

Table 4는 시설형태에 따른 노인들의 식생활 태도를 나타낸 것이다. 노인의 식생활 태도에는 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다($X^2=29.17$ $p<.001$). 단체급식을 통한 식생활을 구성하게 됨으로 오히려 가정에서 노

인을 대상으로 한 연구결과(5)보다 식사를 즐겁게 하고 식사에 대한 태도가 양호한 것으로 나타났다(46.2%). 따라서 노인들의 단체급식은 식욕과 활동성이 떨어지는 노인들에게 오히려 좋은 효과를 줄 수 있으며, 잘 구성된 노인식단이 공급될 필요성이 요망된다.

시설형태에 따른 간식섭취 형태

모든 시설 노인들이 어떠한 형태든지 간식을 섭취하고 있었다(Table 5).

그러나 간식의 섭취 이유와 태도에 문제를 보였다(Table 6). 간식을 충족되지 못한 영양소를 보충해 주기 보다는 무료함이나 의미없이 섭취하고 있기 때문에 식욕이나 균형잡힌 영양소 공급에 문제가 될 수 있다고 여겨진다. 간식의 공급도 다양성을 띄지 못하고 반복된 음식이 제공되고 있었다.

따라서 시설 노인들은 간식을 섭취하고 있지만 무료해서 혹은 의미없이 그냥 먹는 경우가 많고, 비용상의 문제로 다양한 종류가 제공되지 못하고 있는 실정이다.

시설별 식생활 문제점

Table 7은 조사기간 동안 노인들의 식습관에서 나타나는 문제점을 지적하고 있다. 노인 자신들은 식생활에 대하여 문제점이 없다고 인식하고 있었으며 무료노인의 경우는 공복을 채우거나 식사에 별의미를 두고 있지 않았다. 이는 노인들이 식생활에 대한 다양성의 중요함을 인식하고 있지 못하고, 짧아서 습관화된 김치와 밥의 수준에 적응되고 있는 것으로 보인다. 유료 양로원의 경우도 노인들이 식단의 문제를 지적하고 있지 않은 것도 노인들의 특성을 잘 이해할 수 있는 부분이다.

기호도

주식류

Table 8은 실제 시설에서 제공하고 있는 주식류와 선호하는 주식류를 조사한 결과이다. 실제로 제공된 밥종류는 쌀밥이 각 시설에 있어 높게 나타났고, 무료 양로원인 경우 쌀밥(10.1%)과 보리밥(8.4%)을 선호하였고, 무료 요양원 역시 같은 순이었다. 복지관의 경우는 보리밥(9.2%)을 선호하였고, 유료 양로원에서는 쌀

Table 3. The activity according to type of the institution

Activity	Boarding home		Public nursing home N(%)	Welfare center N(%)	Total	X ²
	Public N(%)	Private N(%)				
Good	12(10.1)	6(5.0)	4(3.4)	11(9.2)	33(27.7)	44.40 $p<.001$
Middle	22(18.5)	11(9.2)	8(6.7)	22(18.5)	63(52.9)	
Bad	2(1.7)	3(2.5)	18(15.1)	0(0.0)	23(19.3)	

N(%)

Table 4. Daily food habits according to type of the institution N(%)

Daily food habits ¹⁾	Boarding home		Public nursing home N(%)	Welfare center N(%)	Total	X ²
	Public N(%)	Private N(%)				
Good	26(21.8)	10(8.4)	5(4.2)	14(11.8)	55(46.2)	29.17 p<.001
Middle	9(7.6)	8(6.7)	18(15.1)	19(16.0)	54(45.4)	
Bad	1(0.8)	2(1.7)	7(5.9)	0(0.0)	10(8.4)	

¹⁾Daily food habits were asked by respondent about test, appetite, exercise everyday with ten questions. Good: Daily food habits is good, Middle: Daily food habits is not so bad, Bad: Daily food habits is bad.

Table 5. Eating between meals N(%)

The state of eating between meals	Boarding home		Public nursing home N(%)	Welfare center N(%)	Total	X ²
	Public N(%)	Private N(%)				
Intake	34(28.6)	20(16.8)	28(23.5)	23(19.3)	105(88.2)	15.68 p<.001
Do not intake	2(1.7)	0(0.0)	2(1.7)	10(8.4)	14(11.8)	

Table 6. The reason of eating between meals N(%)

Reason	Boarding home		Public nursing home N(%)	Welfare center N(%)	Total
	Public N(%)	Private N(%)			
I don't know	0(0.0)	0(0.0)	7(5.9)	0(0.0)	7(5.9)
Feel hungry	0(0.0)	1(0.8)	1(0.8)	2(1.7)	4(3.4)
Through lack of nourishment	9(7.6)	9(7.6)	4(3.4)	7(5.9)	29(24.4)
Without reasons	15(12.6)	6(5.0)	6(5.0)	15(12.6)	42(35.3)
Others	0(0.0)	0(0.0)	1(0.8)	7(5.9)	8(6.7)

X²=48.21 p<.001

Table 7. The problems of food in facilities N(%)

Reason	Boarding home		Public nursing home N(%)	Welfare center N(%)	Total
	Public N(%)	Private N(%)			
Unbalanced diet	0(0.0)	4(3.4)	1(0.8)	0(0.0)	5(4.2)
Skip a meal	1(0.8)	1(0.8)	0(0.0)	3(2.5)	5(4.2)
Too salty	1(0.8)	0(0.0)	1(0.8)	0(0.0)	1(0.8)
No problem	29(24.4)	14(11.8)	22(18.5)	29(24.4)	94(79.0)
Appetite fails	4(3.4)	1(0.8)	6(5.0)	1(0.8)	12(10.1)

X²=27.89 p<.001

Table 8. Elderly's preference to the type of meals

Types of meals	Distribution					Preference				
	PuBH	PrBH	PuNH	MSWC	Total	PuBH	PrBH	PuNH	MSWC	Total
	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)
Cooked rice	34(29.6)	28(23.5)	31(26.1)	15(12.6)	108(90.8)	12(10.1)	11(9.2)	10(8.4)	5(4.2)	38(31.9)
Cooked rice with barley	1(0.8)	1(0.8)	0(0.0)	0(0.0)	2(1.7)	10(8.4)	9(7.6)	11(9.2)	5(4.2)	35(29.4)
Cooked rice with soybean	1(0.8)	0(0.0)	0(0.0)	1(0.8)	2(1.7)	6(5.0)	5(4.2)	7(5.9)	3(2.5)	21(17.6)
Cooked rice with red bean	0(0.0)	1(0.8)	2(1.7)	4(3.4)	7(5.9)	8(6.7)	5(4.2)	5(4.2)	7(5.9)	25(21.0)

PuBH: Public boarding home, PrBH: Private boarding home, PuNH: Public nursing home, MSWC: Meal service in welfare center

밥(17.6%)을 더 선호하였다. 이 연구는 선행연구(7.8)와는 다른 결과로 나타나고 있다. 무료시설에서는 실제 제공되고 있는 주식이 주로 쌀밥이었으므로 쌀밥을 선호하는 것으로 여겨지고, 유료시설에서는 잡곡밥을 선호하고 있었고, 쌀밥, 보리밥, 콩밥이 제공되고 있었다.

국종류

Table 9에서 처럼 실제로 제공된 국종류로는 각 시설 모두 된장국이 많았고 다음이 채소국이었다. 유료·무료시설이든 차이가 없게 나타났다. Table 10은 노인들이 실제 선호하고 있는 국으로는 무료 양로원인 경우 소고기국(16%)을, 요양원의 경우 된장국(12.6%), 복지관(14.35%), 유료 양로원에서는 소고기국(6.7%)을 더 선호하는 것으로 나타났다. 싫어하는 국으로 '없다'라고 답한 경우 무료 양로원(18%), 무료 요양원(14%), 복지관(18%)이 높게 나타났다. 유료 양로원의 경우 채소국(8.4%)을 가장 싫어하는 것으로 나타났다. 이(7), 김등(8)의 연구와는 달리 유료 양로원에서 채소국을 싫어하고 소고기국을 더 선호하는 것으로 나타났고, 무료 양로원은 같은 결과로 소고기국을 선호하는 것으로 나타났다.

특히, 노인들은 특별히 싫어하는 국종류가 없으므로

식단 작성시 국에 대한 배려가 더욱 필요하다고 본다.

반찬 종류

육류

Table 11은 시설노인들의 육류에 대한 기호도를 나타낸 것이다. 좋아하는 육류로는 소고기가 모든 시설에서 높게 나타났고 싫어하는 육류로는 "없다"라고 답한 경우가 무료 양로원(17.6%), 유료 양로원(15.1%), 복지관(11.8%)으로 높게 나타났으며, 유료 양로원의 경우 돼지고기(6.7%)를 싫어하는 것으로 나타났다. 무료 시설인 경우 공급되는 육류의 기회가 적어서 그런지 싫어하는 육류는 없다고 답하고 있다.

어류

Table 12는 어류에 대한 시설노인들의 기호도에 관한 조사이다. 좋아하는 생선류로는 무료시설에서 조기를 좋아한다고 나타났다. 유료 양로원의 경우는 생선회를 좋아한다고 나타났다(8.4%). 싫어하는 생선류로는 "없다"라고 답한 경우가 무료시설에서는 높게 나타났고 유료 양로원의 경우 고등어(7.6%)를 싫어하는 것으로 나타났다.

식습관 속에는 노인들이 오랫동안 익숙한 입맛을 원

Table 9. Elderly's preference to the type of soups

Type of soup	Types of soups distributed by facilities					Types of soups preferred by respondents				
	PuBH	PrBH	PuNH	MSWC	Total	PuBH	PrBH	PuNH	MSWC	Total
	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)
Vegetable soup	8 (6.7)	0 (0.0)	2 (1.7)	3 (2.5)	13(10.9)	3 (2.5)	4 (3.4)	6 (5.0)	2(1.7)	15(12.6)
Beef soup	4 (3.4)	0 (0.0)	1 (0.8)	1 (0.8)	6 (5.0)	19(16.0)	7 (5.9)	7 (5.9)	8(6.7)	41(34.5)
Soybean paste soup	23(19.3)	27(22.7)	27(22.7)	13(10.9)	90(75.6)	13(10.9)	15(12.6)	17(14.3)	5(4.2)	50(42.0)
Seaweed soup	1 (0.8)	3 (2.5)	1 (0.8)	1 (0.8)	6 (5.0)	1 (0.8)	4 (3.4)	3 (2.5)	5(4.2)	13(10.9)
Others	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (1.7)	2 (1.7)	4 (3.4)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0(0.0)	0 (0.0)

PuBH: Public boarding home, PrBH: Private boarding home, PuNH: Public nursing home, MSWC: Meal service in welfare center

Table 10. Elderly's distasteful soups

Type of soup	Types of distasteful soups				
	PuBH	PrBH	PuNH	MSWC	Total
	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)
Vegetable soup	5 (4.2)	7 (5.9)	3 (2.5)	10(8.4)	25(21.0)
Beef soup	3 (2.5)	4 (3.4)	8 (6.7)	2(1.7)	17(14.3)
Soybean paste soup	1 (0.8)	0 (0.0)	0 (0.0)	0(0.0)	1 (0.8)
Seaweed soup	9 (7.6)	5 (4.2)	4 (3.4)	0(0.0)	18(15.1)
Nothing	18(15.1)	14(11.8)	18(15.1)	8(6.7)	58(48.7)

PuBH: Public boarding home, PrBH: Private boarding home, PuNH: Public nursing home, MSWC: Meal service in welfare center

Table 11. The types of meats

Type of meats	Types of meats preferred by respondents					Type of meats	Types of meats not preferred by respondents				
	PuBH N(%)	PrBH N(%)	PuNH N(%)	MSWC N(%)	Total N(%)		PuBH N(%)	PrBH N(%)	PuNH N(%)	MSWC N(%)	Total N(%)
Beef	25(21.0)	15(12.6)	14(11.8)	15(12.6)	69(58.0)	Beef	0(0.0)	1(0.8)	4(3.4)	0(0.0)	5(4.2)
Pork	2(1.7)	4(3.4)	7(5.9)	2(1.7)	15(12.6)	Port	2(1.7)	2(1.7)	4(3.4)	8(6.7)	16(13.4)
Chicken	0(0.0)	2(1.7)	4(3.4)	1(0.8)	7(5.9)	Chicken	10(8.4)	6(5.0)	5(4.2)	4(3.4)	25(21.0)
Duck	0(0.0)	0(0.0)	1(0.8)	1(0.8)	2(1.7)	Duck	3(2.5)	3(2.5)	6(5.0)	2(1.7)	14(11.8)
Others	9(7.6)	9(7.6)	7(5.9)	1(0.8)	25(21.0)	None	21(17.6)	18(15.1)	14(11.8)	6(5.0)	59(49.6)

PuBH: Public boarding home, PrBH: Private boarding home, PuNH: Public nursing home, MSWC: Meal service in welfare center

Table 12. The types of fish

Type of fish	Types of fish preferred by respondents					Type of fish	Types of fish not preferred by respondents				
	PuBH N(%)	PrBH N(%)	PuNH N(%)	MSWC N(%)	Total N(%)		PuBH N(%)	PrBH N(%)	PuNH N(%)	MSWC N(%)	Total N(%)
Yellow corvenia	11(9.2)	14(11.8)	18(15.1)	6(5.0)	49(41.2)	Yellow corvenia	3(2.5)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	3(2.5)
Hairtail	2(1.7)	4(3.4)	4(3.4)	2(1.7)	12(10.1)	Hairtail	6(5.0)	2(1.7)	2(1.7)	3(2.5)	13(10.9)
Frozen pollack	2(1.7)	3(2.5)	2(1.7)	1(0.8)	8(6.7)	Frozen pollack	1(0.8)	1(0.8)	1(0.8)	1(0.8)	4(3.4)
Mackerel	7(5.9)	3(2.5)	1(0.8)	1(0.8)	12(10.1)	Mackerel	5(4.2)	7(5.9)	7(5.9)	9(7.6)	28(23.5)
Low-fish	9(7.6)	1(0.8)	5(4.2)	10(8.4)	25(21.0)	Flatfish	0(0.0)	0(0.0)	1(0.8)	0(0.0)	1(0.8)
Others	5(4.2)	5(4.2)	3(2.5)	0(0.0)	13(10.9)	Herring	0(0.0)	2(1.7)	0(0.0)	0(0.0)	2(1.7)
						Low-fish	0(0.0)	3(2.5)	1(0.8)	0(0.0)	4(3.4)
						None	21(17.6)	15(12.6)	21(17.6)	7(5.9)	64(53.7)

PuBH: Public boarding home, PrBH: Private boarding home, PuNH: Public nursing home, MSWC: Meal service in welfare center

하고 있음을 알 수 있다.

김치

Table 13은 김치에 대한 시설노인들의 기호도 조사이다. 좋아하는 김치 종류는 모든 시설에서 배추김치를 좋아한다고 나타났으며, 싫어하는 김치류로는 모든 시설에서 “없다”라고 답하였다. 우리나라 주된 반찬 종류가 김치였으므로 모든 김치 종류를 선호하였다. 단, 무

김치의 경우 딱딱한 관계로 싫어하는 것(30.3%)으로 나타났다.

간식

Table 14는 시설노인들의 간식으로 선호하는 종류와 선호하지 않는 종류를 조사한 결과이다. 시설 노인이 좋아하는 간식으로 무료 양로원인 경우 과일류(14.3%)를 가장 선호하였고, 다음으로 떡(5.9%), 주스·음료수(5%)

Table 13. The types of kimchies

Type of kimchi	Types of kimchies preferred by respondents					Type of kimchi	Types of kimchies not preferred by respondents				
	PuBH N(%)	PrBH N(%)	PuNH N(%)	MSWC N(%)	Total N(%)		PuBH N(%)	PrBH N(%)	PuNH N(%)	MSWC N(%)	Total N(%)
Beachu kimchi	27(22.7)	18(15.1)	15(12.6)	13(10.9)	73(61.3)	Beachu kimchi	1(0.8)	1(0.8)	1(0.8)	1(0.8)	4(3.4)
Radish kimchi	2(1.7)	1(0.8)	4(3.4)	2(1.7)	9(7.6)	Radish kimchi	15(12.6)	7(5.9)	10(8.4)	4(3.4)	36(30.3)
Mul kimchi	4(3.4)	3(2.5)	9(7.6)	2(1.7)	18(15.1)	Mul kimchi	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	1(0.8)	1(0.8)
DongChimi	1(0.8)	0(0.0)	2(1.7)	1(0.8)	4(3.4)	DongChimi	1(0.8)	1(0.8)	0(0.0)	0(0.0)	2(1.7)
Cucumber kimchi	0(0.0)	0(0.0)	1(0.8)	0(0.0)	1(0.8)	Cucumber kimchi	3(2.5)	4(3.4)	5(4.2)	3(2.5)	15(12.6)
None	2(1.7)	8(6.7)	2(1.7)	2(1.7)	14(11.8)	None	16(13.4)	17(14.3)	17(14.3)	11(9.2)	61(51.3)

PuBH: Public boarding home, PrBH: Private boarding home, PuNH: Public nursing home, MSWC: Meal service in welfare center

Table 14. The types of desserts

Types of desserts preferred by respondents						Types of desserts not preferred by respondents					
Type of desserts	PuBH	PrBH	PuNH	MSWC	Total	Type of desserts	PuBH	PrBH	PuNH	MSWC	Total
	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)		N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)
Fruits	17(14.3)	8(6.7)	17(14.3)	6(5.0)	48(40.3)	Fruits	1(0.8)	1(0.8)	1(0.8)	1(0.8)	4(3.4)
Milk	2(1.7)	13(10.9)	2(1.7)	2(1.7)	19(16.0)	Milk	3(2.5)	0(0.0)	2(1.7)	1(0.8)	6(5.0)
Bread	3(2.5)	3(2.5)	3(2.5)	3(2.5)	12(10.1)	Bread	2(1.7)	4(3.4)	5(4.2)	3(2.5)	14(11.8)
Juice & beverage	6(5.0)	0(0.0)	3(2.5)	4(3.4)	13(10.9)	Juice & beverage	3(2.5)	3(2.5)	6(5.0)	1(0.8)	13(10.9)
Candy				1(0.8)	1(0.8)	Candy	22(18.5)	16(13.4)	11(9.2)	9(7.6)	58(48.7)
Rice cake	7(5.9)	6(5.0)	7(5.9)	3(2.5)	23(19.3)	Rice cake	3(2.5)	5(4.2)	3(2.5)	4(3.4)	15(12.6)
All like	1(0.8)	0(0.0)	1(0.8)	1(0.8)	3(2.5)	Noting	2(1.7)	1(0.8)	5(4.2)	1(0.8)	9(7.6)

$X^2=35.44$ $p<.001$

PuBH: Public boarding home, PrBH: Private boarding home, PuNH: Public nursing home, MSWC: Meal service in welfare center

를 선호하였고, 요양원의 경우 우유(10.9%)를 가장 선호하였고, 복지관의 경우 과일(14.3%), 떡(5.9%)으로 나타났다. 유료 양로원의 경우 과일(5%)을 선호하는 것으로 나타났다. 요양원의 경우 건강하지 못하고 활동량이 적은 이유로 우유를 간식으로 선호하고 있었다. 싫어하는 간식류로 모든 시설에서 사탕을 지적하고 있다.

조리방법

Table 15는 노인들이 선호하는 조리방법에 대한 결과이다. 조리방법은 모든 시설에서 무침을 선호하였다. 이는 노인들이 나물 종류의 반찬을 좋아하기 때문으로 여겨진다. 무료 양로원에서 그외 찌개(4.2%), 조림(3.4%)을 선호하였고, 무료 요양원에서는 무침을 가장 선호하였고(13.4%) 그 다음으로 구이(4.2%)순이었다. 복지관의 경우 찌개(11.8%)와 구이(5%)를 선호하였고, 유료 양로원에서는 구이(4.2%), 찌개(3.4%)류를 선호하고

있었다. 이는 藤戶와 杉橋(4)의 연구와 일치한다. 싫어하는 조리방법으로 모든 시설에서 튀김류를 싫어하였다. 튀김을 싫어하는 이유는 치아상태와 소화가 느리고 느끼한 맛 때문으로 여겨진다.

기타

시설 음식에 대한 노인들의 불만

Table 16은 시설에서 제공되는 음식에 대한 노인들의 불만 사항을 나타낸 결과이다. 시설 음식의 불만에 대해 조사한 결과, 거의 제공되고 있는 음식에 만족해 하는 것으로 나타났다. 유료 양로원의 경우만 단조롭다(3.4%)고 지적하였다. 무료시설의 노인들은 식단구성이나 음식제공의 선택권이 전혀 없는 것으로 여겨지며 기본적인 제공에 만족하는 것으로 보인다.

식기

Table 17은 시설에서 사용되는 식기에 대한 노인들

Table 15. The types of cook methods

Types of cookerries preferred by respondents						Types of cookerries not preferred by respondents				
Type of cook methods	PuBH	PrBH	PuNH	MSWC	Total	PuBH	PrBH	PuNH	MSWC	Total
	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)	N(%)		N(%)	N(%)	N(%)	N(%)
Fried	0(0.0)	1(0.8)	0(0.0)	1(0.8)	2(1.7)	26(21.8)	16(13.4)	22(18.5)	10(8.4)	74(62.2)
Preserve with salt	3(2.5)	4(3.4)	1(0.8)	4(3.4)	12(10.1)	1(0.8)	5(4.2)	3(2.5)	2(1.7)	11(9.2)
Pan-broiled	1(0.8)	0(0.0)	1(0.8)	0(0.0)	2(1.7)	5(4.2)	4(3.4)	3(2.5)	3(2.5)	15(12.6)
Seasoned	17(14.3)	16(13.4)	10(8.4)	5(4.2)	48(40.3)	1(0.8)	1(0.8)	1(0.8)	0(0.0)	3(2.5)
Steamed	2(1.7)	2(1.7)	0(0.0)	0(0.0)	4(3.4)	1(0.8)	0(0.0)	1(0.8)	0(0.0)	2(1.7)
Baked fish	3(2.5)	5(4.2)	6(5.0)	5(4.2)	19(16.0)	2(1.7)	2(1.7)	0(0.0)	1(0.8)	5(4.2)
Griddled	1(0.8)	0(0.0)	1(0.8)	0(0.0)	2(1.7)	0(0.0)	1(0.8)	1(0.8)	0(0.0)	2(1.7)
Hard-boiled	4(3.4)	0(0.0)	0(0.0)	1(0.8)	5(4.2)	0(0.0)	1(0.8)	2(1.7)	4(3.4)	7(5.9)
Pot-stewed	5(4.2)	2(1.7)	14(11.8)	4(3.4)	25(21.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)

$X^2= 37.04$ $p<.05$

PuBH: Public boarding home, PrBH: Private boarding home, PuNH: Public nursing home, MSWC: Meal service in welfare center

Table 16. The degrees of respondents dissatisfaction to foods served by care facilities

Degrees of respondents dissatisfaction to foods served by care facilities					
Type of foods served	PuBH N(%)	PrBH N(%)	PuNH N(%)	MSWC N(%)	Total N(%)
Too salty	0(0.0)	3(2.5)	0(0.0)	2(1.7)	5(4.2)
Not properly salty	1(0.8)	4(3.4)	0(0.0)	0(0.0)	5(4.2)
Not properly soft	0(0.0)	2(1.7)	0(0.0)	0(0.0)	2(1.7)
Dull meanu	1(0.8)	2(1.7)	1(0.8)	4(3.4)	8(6.7)
Not properly warm	0(0.0)	0(0.0)	1(0.8)	0(0.0)	1(0.8)
Too samll meal	0(0.0)	1(0.8)	6(5.0)	2(1.7)	9(7.6)
None	34(28.6)	18(15.1)	25(21.0)	12(10.1)	89(74.8)

$X^2=42.37$ $p<.001$

PuBH: Public boarding home, PrBH: Private boarding home, PuNH: Public nursing home, MSWC: Meal service in welfare center

Table 17. The type of facilities table ware

Type of facilities table ware					
Type of table ware	PuBH N(%)	PrBH N(%)	PuNH N(%)	MSWC N(%)	Total N(%)
Meal set case	36(30.3)	30(25.2)	33(27.7)	0(0.0)	99(83.2)
Lunch package	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	20(16.8)	20(16.8)

$X^2=119$ $p<.001$

PuBH: Public boarding home, PrBH: Private boarding home, PuNH: Public nursing home, MSWC: Meal service in welfare center

Table 18. Comparative evaluations of foods between care facilities and home

Comparative evaluations of foods between care facilities and home					
The reason why facility service is better than home	PuBH N(%)	PrBH N(%)	PuNH N(%)	MSWC N(%)	Total N(%)
Better meals	1(0.8)	0(0.0)	1(0.8)	0(0.0)	2(1.7)
More comfortable	23(19.3)	24(20.2)	8(6.7)	15(12.6)	70(58.8)
Economic point	2(1.7)	0(0.0)	12(10.1)	0(0.0)	14(11.8)
Good appetized with residence	10(8.4)	6(5.0)	12(10.1)	5(4.2)	33(27.7)

$X^2=37.12$ $p<.001$

PuBH: Public boarding home, PrBH: Private boarding home, PuNH: Public nursing home, MSWC: Meal service in welfare center.

의 의견을 나타낸 결과이다. 제공되는 식기 종류는 식판이 가장 높게 나타났다(83.2%). 식기의 위생 상태는 좋다고 응답을 한 경우가(78.2%)로 높게 나타난 것으로 시설 노인들은 특별히 단체급식에 대한 불만을 그다지 표현하지 않은 것으로 볼 수 있다.

가정과 비교해서 시설이 편리한 점

Table 18은 가정과 비교해서 시설 급식이 편리한 이유를 나타낸 결과이다. 시설 급식이 더 좋다는 응답이 58.8%로 가장 높게 나타났고 그 이유로는 혼자 음식을 먹지 않기 때문에 밥맛이 좋다고 응답한 경우가 높게 나타났다(27.7%).

요 약

본 연구의 결과를 요약해 보면 연구에 표집된 노인들의 식생활 태도는 양호하며, 영양원을 제외하고는 활동 가능한 노인들이 높게 표집되었다. 시설을 이용하는 경우는 남성보다 여성의 경우가 4곳 시설에서 모두 높게 나타났다. 시설 노인들은 간식을 섭취하고 있었으나, 무료함을 달래기 위함이거나 의미없이 간식을 섭취하고 있었으므로 즐거움과 영양이 결부된 음식이나 음료 가 제공될 필요가 있었다. 시설노인들은 식생활의 문제점을 지적하려 하지 않고 있었으며 식사를 할 수 있다는 것만으로 만족하였고 젊어서 김치와 밥으로 구성된 식

생활에 익숙해 식단에 대한 불만을 지적하고 있지 않았다. 밥의 경우 시설에서는 쌀밥과 보리밥이 제공되었는데 유료양로원을 제외하고는 쌀밥을 선호하는 것으로 나타났다. 국종류의 경우 노인들은 특별히 싫어하는 국이 없었고 각 시설에서는 된장국과 채소국을 제공하고 있었으며 채소국보다는 소고기국을 선호하고 있었다. 반찬 종류로서 육류는 유료 양로원인 경우 돼지고기를 싫어했고, 무료시설에서는 모든 육류를 선호하고 있었다. 어류의 경우는 유료 양로원에서는 고등어를 싫어하고 생선회를 선호하였고, 무료시설에서는 모든 어류를 선호하였다. 김치류는 모든 시설에서 무김치를 제외하고 모든 김치류를 좋아하였다. 간식류로는 과일, 떡 종류를 선호하였고, 사탕을 좋아하지 않는 것으로 나타났다. 조리방법은 나물 종류의 무침을 가장 선호하였고 찌개, 조림, 구이 등을 모든 시설에서 좋아하였고, 싫어하는 조리방법은 튀김류였다. 기타 시설음식에 대한 불만은 유료 양로원인 경우 식단의 단조로움을 지적하였고, 무료시설의 경우는 불만 사항이 없다고 응답한 경우가 높았다. 식기는 식판을 가장 많이 사용하고 있었고 위생상태도 모든 시설에서 좋은 것으로 응답하였다. 가정과 비교해서 편리한 점은 본인 자신이 직접 수고하지 않고 차려진 음식을 먹을 수 있고 더불어 식사하여 밥맛이 좋다고 지적하였다. 이상의 결과로서 우리나라 시설 노인들은 식생활에 있어 개인적 특성이나 요구가 전달되어 있지 않고 과거 익숙한 식생활 패턴에 젖어 식습관의 문제를 인식하고 있지 못하고 있었다. 계속적으로 노인 인구수의 증가 추세에 있는 우리나라는 해결해야 할 많은 노인문제가 있지만 본 연구에서 조사되고 있는 우리나라 노인만이 갖는 특이한 특성을 고려하여 시설 노인들의 식생활에 전문적 개입이 시급하다고 볼 수 있다. 즉, 노인의 특성을 전혀 고려하지 않고 제공되는 급식형태와 참고할 정규화된 샘플이 없기 때문에 노인의 식생활이 너무 무의미하게 전달되고 있는 실정이다. 서구의 여러 국가와 비교적 경제적 성장이 이루어지고 사회가 안정된 국가에서는 혼자 거주하는 노인을 위한 급식 프로그램이 개발되어 있으며 이에 대한 긍정적인 평가가 보고되는 한편, 보다 나은 방향으로의 개선책이 제안되고 있다(9,10). 외국의 경우 노인을 위한 영양 프로그램은 60세 이상의 노인을 대상으로 사회로부터 고립되고 식사준비를 하는데 있어서 어려움이 있는 노인들에게 균형잡힌 영양식을 제공함과 동시에 사회와의 교류를 넓히고 그들이 필요로 하는 제반 서비스를 함께 제공함으로써 남은 여생을 건강하고 즐겁게 보낼 수 있도록 보살피는 의미를 갖는 것으로 노인 복지 프로그램에서 큰 비중을 차지하고 있다(11,12). 따

라서 앞으로는 복지영양사들이 각 시설에 개입하여 식생활을 통해서 이용자의 심신의 자립을 원조하고 식생활을 통해서 사는 희망을 줄 수 있고, 생활의 활기를 불어 넣을 수 있어야 한다. 노인에게 공급되는 식사는 노인의 특성과 노인의 과거 현재 제반적 상황들이 고려된 상황에서 전문가가 개입되어 이루어져야 하며, 노인의 의식구조와 여가프로그램이 함께 식단구성에 고려될 수 있어야 한다. 현 시설 노인의 식생활 문제는 일반적으로 노인자신 뿐만 아니라 영양을 맡고 있는 전문가도 노인의 식단에 대한 정확한 정보도 얻지 못하고 무형식적으로 구성되고 있었고 노인들도 식생활 자체는 불만없이 받아들이고 있으나 과거 생활력에 영향을 받고 있음을 볼 때 시설 노인을 위한 식단프로그램이 개발되고 지속적인 노인식단의 필타링이 이루어져 다양한 조리법과 함께 노인만을 위한 식단이 개발되어야 한다고 본다.

감사의 글

본 연구는 1997학년도 경성대학교 학술연구조성비에 의하여 이루어진 것이며, 이에 깊이 감사드립니다.

문 헌

1. 노인복지부 통계 노인복지사업지침. 보건복지부(1997)
2. 손대현: 단체급식관리. 교문사(1984)
3. 杉橋啓子: 老人福祉施設の 栄養管理と 献立 - 栄養管理編. 第一出版(1996)
4. 藤尺良知, 杉橋啓子: 老人福祉施設の 栄養管理と 献立 - 栄養管理編. 第一出版(1996)
5. 조경자, 한동희: 노인의 식습관과 건강상태에 관한 연구-부산시 남·녀 노인을 중심으로. 경성대학교 논문집 15권 2호 별책(1994)
6. Dukcy B. Miller The Extended Care Facility : A guide to organization and operation McGraw-Hill book company(1989)
7. 이승희: 양로원 노인의 식이 영양섭취 실태에 관한 연구. 성신여자대학교 석사학위 청구논문(1989)
8. 김혜영, 이승희, 임양이: 양로원 노인의 식이섭취 실태에 관한 연구. 한국노년학회지, 15, 69(1995)
9. Foster, P.: The world food problem-Policy concepts and Policy making. Lynne Rienner Pub, p.325(1992)
10. Mcnutt, K.: Reinventing Nutrition Services. *Nutr. Today*, p.38(1993)
11. Axelson, M. L. and Penfield, M. P.: Food-and Nutrition-R-related attitudes of elderly persons living alone. *Journal of Nutrition Education*, 15, 23(1993)
12. Balsam, A. L.: Weekend meals in the elderly nutrition program. *J. Amer. Diet Assoc.*, 89, A-35(1989)

(1998년 4월 4일 접수)