

건강, 성격, 연령, 성별에 따른 죽에 대한 견해

전정희 · 윤재영* · 김희섭

수원대학교 식품 영양학과, 안산 대학 식품 영양학과*

Perception of 'jook' by the individual characteristics of Korean

Jung Hee June, Jae Young Yoon* and Hee Sup Kim

Dept. of Food and Nutrition, Suwon University,

Dept. of Food and Nutrition, Ansan College

Abstract

A survey on the perception of Jook was conducted from some Korean by using a questionnaire. Among the subjects, those of teens and twenties of age showed good health indices, and there were significant differences in character and physiology depending upon the age. The more younger, the more impatient regardless of the gender ($p < 0.01$). Jook served as a meal, between meals, or dainties. On selecting instant Jook, taste, nutrition, variety, and convenience were the factors considered. Hinjook served as a breakfast or therapeutic diet, Potjook and Hobakjook between meals and as dainties, and Darkjook as a lunch or supper and a health meal.

Key words: Jook, physiology, health

I. 서 론

한국 전통 음식 중 죽은 주식류의 대표적인 음식으로 매우 다양하고 격조 높은 음식으로 발달되어 왔다. 우리나라는 농업의 발달로 곡류생산이 풍부하고 지리적으로 수산물이 다양하여 이를 이용한 죽의 조리법이 다채롭게 발전되어 왔다. 죽은 주재료인 쌀과 여러 가지 부재료의 조합으로 이루어지는 음식으로 부재료에 따라 보양식, 치료식, 식사대용, 별미식, 식욕촉진제, 이유식, 다이어트식 등으로 널리 애용되고 있다^{1,2)}.

죽에 관한 연구는 주로 설문 조사 방법을 통해 전통 음식의 한부분으로 다루어졌거나³⁾ 많은 종류의 죽이 있음에도 불구하고 극히 일부 죽의 종류에 대한 연구⁴⁾만이 이루어졌으며 죽의 개발을 다룬 실험적 논문에서도 재료 배합의 변화에 따른 품질 특성 연구가 일부분의 죽에서만 이루어졌다^{5,7)}. 그러나 젊은이들이 죽에 대해 호의적인 반응을 보여⁸⁾ 죽에 관한 연구가 많이 필요함을 알 수 있다. 전반적인 식품에 대한 기호도는 연령, 성별 등 일반 특성에 따라 차이를 나타내고 있으며⁹⁾ 이는 식품을 개발할 때 매우 유용한 자료로 활용될 수 있으므로 죽을 대상으로 설문지 조사를 통하여 연령, 성별, 성격, 건강에 따른 죽에 대한 생각과 태도를 알아보려고 하였다.

또한 다음의 8가지 죽 즉, 흰죽, 팔죽, 녹두죽, 호박죽, 닭죽, 장국죽(쇠고기죽), 전복죽, 잣죽을 선택하여 각 죽의 용도에 관하여 알아보았다.

조사 대상자의 성격 심리 test¹⁰⁾를 실시하여 일반인의 죽에 관한 태도가 건강이나 성격에 따라 차이가 있는지 알아보았고 죽에 대한 생각과 건강, 성격이 서로 상관관계가 있는지를 알아보아 식생활에 영향을 미치는 정신적, 육체적 요인을 분석하고자 하였다.

II. 연구 방법

1. 조사대상

서울시와 경기도 일부지역에 거주하는 청소년과 성인들을 조사대상으로 하여 실시하였다.

총 450부를 배부하였고 그 중 완전한 응답을 한 총 363부를 분석하였다. 각 조사 사항은 빈도수와 백분율을 구하였고 조사 대상자의 성격을 알아보는 문항으로 성격이 급한지, 급하지 않은지 알아보았으며, 10가지 문항-심혈관계질환을 가진 사람들의 성격을 알아보는 지표를 통하여 각 문항에 1점부터 4점을 합한 점수를 성격지수로 하였고 성격지수가 24점 이상이면 성격이 급한 것으로 분류하였고, 24점 미만이면 성격이 급하지 않은 것으로

분류하였다¹⁰⁾. 건강과 관련된 문항 수치를 합하여 건강지수로 하여 건강과 성격, 연령, 성별에 따른 결과를 알아 보았다.

2. 자료처리 및 분석방법

자료는 SAS package를 이용하여 통계처리를 하였다. 각 조사 사항은 빈도수와 백분율을 구하였고 연령, 성별, 성격, 건강에 따른 한국 전통 음식인 죽에 대한 생각에 차이가 있는지를 chi-square test로 확인하였다.

III. 결과 및 고찰

1. 죽에 대한 생각과 태도

죽의 용도로는 별미식 39.4%, 치료식 27.3%, 식사대용 18.7%, 보양식 5.5%, 다이어트식 5.0%, 이유식 1.1% 순

으로 나타났다(표 1). 남녀 모두 죽을 식사대용, 별미식으로 생각하나 남자는 보양식, 여자는 다이어트식으로 생각하는 재미있는 차이점을 나타내고 있다. 시중에서 죽을 사는 경우와 인스턴트 죽을 사는 경우, 먼저 고려하는 점은 맛과 위생적인 면을 많이 고려한다고 나타났는데, 시중에서 죽을 사는 경우 위생적인 면 44.4%, 맛 35.3%로 분포되었고, 인스턴트 죽을 사는 경우에도 위생적인 면을 고려한다는 사람이 28.4%, 맛을 생각한다는 사람이 31.4%의 분포를 각각 보였다(표 1). 다양한 여러 종류의 인스턴트죽이 개발되어야 한다는 생각이 많았다.

죽을 자주 못 먹는 이유로 나이 드신 분은 재료 준비의 번거로움이 문제인데 비하여 젊을수록 조리 방법의 숙련이 문제가 되고 있다(표 2). 나이가 많을수록 죽의 영양을 생각하나 젊은이는 죽의 맛과 간편성을 우선하여 대조를 이루고 있다. 인스턴트 죽 구입시 40, 50대는 영

표 1. 건강에 따른 죽에 대한 생각

						빈도수(%)
		낮음	보통	높음	계	비고
조리시 번거로운 점	재료준비	5(1.4)	18(5.0)	10(2.8)	33(9.1)	$X^2 = 6.416$ $p = 0.779^{NS}$
	계속 저어줌	33(9.1)	134(36.9)	78(21.5)	245(67.5)	
	물의 양조절	2(0.6)	11(3.0)	6(1.7)	19(5.2)	
	불의 세기 조절	2(0.6)	4(1.1)	6(1.7)	12(3.3)	
	농도와 온도유지	8(2.2)	15(4.1)	14(3.9)	37(10.2)	
	무응답	2(0.6)	11(3.0)	4(1.1)	17(4.7)	
용도	보양식	5(1.4)	12(3.3)	3(0.8)	20(5.5)	$X^2 = 19.820$ $p = 0.071^{NS}$
	별미식	19(5.2)	71(19.6)	53(14.6)	143(39.4)	
	식사대용	15(4.1)	36(9.9)	17(4.7)	68(18.7)	
	다이어트식	3(0.8)	14(3.9)	1(0.3)	18(5.0)	
	치료식	9(2.5)	51(14.1)	39(10.7)	99(27.3)	
	이유식	0(0.0)	3(0.8)	1(0.3)	4(1.1)	
	무응답	1(0.3)	6(1.7)	4(1.1)	11(3.0)	
인스턴트 죽 구입 유의점	영양	6(1.7)	21(5.8)	5(1.4)	32(8.8)	$X^2 = 10.971$ $p = 0.531^{NS}$
	분량	0(0.0)	6(1.7)	1(0.3)	7(1.9)	
	맛	15(4.1)	60(16.5)	39(10.7)	114(31.4)	
	위생적인면	17(4.7)	48(13.2)	38(10.5)	103(28.4)	
	포장상태	1(0.3)	8(2.2)	7(1.9)	16(4.4)	
	조리의 간편성	9(2.5)	36(9.9)	21(5.8)	66(18.2)	
	무응답	4(1.1)	14(3.9)	7(1.9)	25(6.9)	
인스턴트 죽 개선점	조리법 제시	4(1.1)	22(6.1)	9(2.5)	35(9.6)	$X^2 = 15.114$ $p = 0.370^{NS}$
	조리시간 단축	1(0.3)	7(1.9)	5(1.4)	13(3.6)	
	조리방법 간편	3(0.8)	25(6.9)	11(3.0)	39(10.7)	
	적절한 농도	3(0.8)	8(2.2)	6(1.7)	17(4.7)	
	맛 향상	15(4.1)	50(13.8)	45(12.4)	110(30.3)	
	영양가 고려	11(3.0)	44(12.1)	24(6.6)	79(21.8)	
	다양한 죽개발	13(3.6)	24(6.6)	13(3.6)	50(13.8)	
	무응답	2(0.6)	13(3.6)	5(1.4)	20(5.5)	
계	52(14.3)	193(53.2)	118(32.5)	363(100.0)		

N.S.: Not Significant.

표 2. 연령에 따른 죽에 대한 생각

		빈도수(%)				비고
		10대-20대	30대-40대	50대이상	계	
조리시 번거로운 점	재료준비	11(3.0)	9(2.5)	13(3.6)	33(9.1)	$X^2=22.835$
	계속 저어줌	116(32.0)	72(19.8)	57(15.7)	245(67.5)	$P=0.011^*$
	물의 양조절	17(4.7)	1(0.3)	1(0.3)	19(5.2)	
	불의 세기 조절	8(2.2)	1(0.3)	3(0.8)	12(3.3)	
	농도와 온도유지	17(4.7)	10(2.8)	10(2.8)	37(10.2)	
	무응답	11(3.0)	2(0.6)	4(1.1)	17(4.7)	
용도	보양식	8(2.2)	4(1.1)	8(2.2)	20(5.5)	$X^2=12.494$
	별미식	63(17.4)	41(11.3)	39(10.7)	143(39.4)	$P=0.407^{NS}$
	식사 대용	30(8.3)	19(5.2)	19(5.2)	68(18.7)	
	다이어트식	12(3.3)	3(0.8)	3(0.8)	18(5.0)	
	치료식	59(16.3)	24(6.6)	16(4.4)	99(27.3)	
	이유식	2(0.6)	1(0.3)	1(0.3)	4(1.1)	
	무응답	6(1.7)	3(0.8)	2(0.6)	11(3.0)	
인스턴트 죽 구입 유의점	영양	9(2.5)	16(4.4)	7(1.9)	32(8.8)	$X^2=36.100$
	분량	2(0.6)	3(0.8)	2(0.6)	7(1.9)	$P=0.001^{**}$
	맛	71(19.6)	23(6.3)	20(5.5)	114(31.4)	
	위생적인면	36(9.9)	30(8.3)	37(10.2)	103(28.4)	
	포장상태	8(2.2)	4(1.1)	4(1.1)	16(4.4)	
	조리의 간편성	40(11.0)	16(4.4)	10(2.8)	66(18.2)	
인스턴트 죽 개선점	무응답	14(3.9)	3(0.8)	8(2.2)	25(6.9)	
	조리법 제시	12(3.3)	7(1.9)	16(4.4)	35(9.6)	$X^2=30.171$
	조리시간 단축	6(1.7)	4(1.1)	3(0.8)	13(3.6)	$P=0.007^{**}$
	조리방법 간편	24(6.6)	12(3.3)	3(0.8)	39(10.7)	
	적절한농도	7(1.9)	6(1.7)	4(1.1)	17(4.7)	
	맛 향상	62(17.1)	24(6.6)	24(6.6)	110(30.0)	
	영양가 고려	28(7.7)	29(8.0)	22(6.1)	79(21.8)	
	다양한 죽개발	28(7.7)	12(3.3)	10(2.8)	50(13.8)	
무응답	13(3.6)	1(0.3)	6(1.7)	20(5.5)		
계	180(49.6)	95(26.2)	88(24.2)			

N.S.: Not Significant, * $p<0.05$, ** $p<0.01$.

양가를 생각하고 10, 20대는 맛과 다양성을 추구한다. 죽 조리 과정에서 여자의 경우 조리 과정의 번거로움을 이야기 한데 비하여 남자의 경우 조리 방법의 미숙이 문제이며 이는 여자는 실제 경험이 많은데 비하여 남자의 경우 거의 경험할 기회가 없었던 점 때문인 것 같다(표 3). 건강과 성격에 따른 죽의 조리에 대한 생각들은 큰 차이가 없었다(표 4). 죽 조리시 끓이는 동안 계속 지켜 보면서 저어주는 것이 가장 번거롭다고 답한 사람은 67.5%나 되어 새로운 죽 개발시 간편한 조리법이 필요하다는 것을 시사하고 있다. 현대인들은 편리함을 추구하는 생활습관 때문에 오븐 조리과 같이 조리 방법에 있어 지속적으로 주의를 기울여 주어야 하는 시간 (active

time) 보다 주의를 기울이지 않아도 되는 시간(inactive time)이 긴 조리법을 선호하고 있다고 한다¹¹⁾. 인스턴트 죽을 선택할 때 맛과 영양가를 고려하는 경향이 가장 높게 나타났으며, 종류의 다양화와 조리의 간편성 등의 순으로 관심을 두었으므로 좀더 다양하고 영양가 높은 죽을 개발하여 아침 식사를 하지 않는 사람에게 간편하고 소화가 잘 되는 죽을 섭취하게 한다면 식생활을 개선하는데 도움을 주리라 본다.

2. 죽을 먹는 시기

8가지 죽(원죽, 팥죽, 녹두죽, 호박죽, 닭죽, 장국죽, 전복죽, 잣죽)을 선정하여 그 먹는 시기를 알아보았는데 원

표 3. 남녀에 따른 죽에 대한 생각

	빈도수(%)			비고
	남	녀	계	
재료준비	16(4.4)	17(4.7)	33(9.1)	$X^2=13.383$
조리시 번거 로운 점	계속 저어줌 107(29.5)	138(38.0)	245(67.5)	$P=0.020^*$
	물의 양조절 9(2.5)	10(2.8)	19(5.2)	
	불의 세기 조절 9(2.5)	3(0.8)	12(3.3)	
	농도와 온도유지 18(5.0)	19(5.2)	37(10.2)	
	무응답 14(3.9)	3(0.8)	17(4.7)	
보양식	11(3.0)	9(2.5)	20(5.5)	$X^2=13.136$
별미식	66(18.2)	77(21.2)	143(39.4)	$P=0.041^*$
식사대용	35(9.6)	33(9.1)	68(18.7)	
용도	다이어트식 2(0.6)	16(4.4)	18(5.0)	
	치료식 51(14.1)	48(13.2)	99(27.3)	
	이유식 1(0.3)	3(0.8)	4(1.1)	
	무응답 7(1.9)	4(1.1)	11(3.0)	
영양	14(3.9)	18(5.0)	32(8.8)	$X^2=6.270$
인스 턴트 죽 유의점	구입 분량 5(1.4)	2(0.6)	7(1.9)	$P=0.394^{NS}$
	맛 61(16.8)	53(14.6)	114(31.4)	
	위생적인면 47(13.0)	56(15.4)	103(28.4)	
	포장상태 8(2.2)	8(2.2)	16(4.4)	
	조리의 간편성 25(6.9)	41(11.3)	66(18.2)	
	무응답 13(3.6)	12(3.3)	25(6.9)	
조리법 제시	16(4.4)	19(5.2)	35(9.6)	$X^2=8.919$
조리시간 단축	6(1.7)	7(1.9)	13(3.6)	$P=0.259^{NS}$
조리방법 간편	18(5.0)	21(5.8)	39(10.7)	
인스 턴트 죽 개선점	적절한 농도 8(2.2)	9(2.5)	17(4.7)	
	맛 향상 59(16.3)	51(14.1)	110(30.3)	
	영양가 고려 30(8.3)	49(13.5)	79(21.8)	
	다양한 죽개발 22(6.1)	28(7.7)	50(13.8)	
	무응답 14(3.9)	6(1.7)	20(5.5)	
계	173(47.7)	190(52.3)	363(100.0)	

N.S.: Not Significant, *: $p<0.05$.

죽은 다른 죽과는 달리 아침식사 대용으로 35.8%의 분포를 보였다(표 9). 팥죽은 31.1%, 호박죽은 33.6%, 전복죽은 16.8%, 잣죽은 22.9%가 간식으로 섭취하고 있음을 알 수 있었다. 닭죽은 다른 죽에 비하여 점심, 저녁 식사대용으로 섭취하는 경향이 높았음을 알 수 있었다(표 9). 이러한 섭취 분포는 현대의 식생활에서 죽이 차지하고 있는 위치를 잘 말해주고 있다. 팥죽, 호박죽, 잣죽은 주로 간식용으로 먹고 있으며 흰죽은 아침식사용, 동물성 죽은 주로 저녁용인 경우가 많았다. 이외는 달걀장¹²⁾ 등은 죽은 간식, 아침식사용으로 31.1%, 21.5%를 섭취한다 하였는데 본 설문에서는 구체적인 죽의 종류를 열거함으로써 다양성 있는 답변을 이끌어 낼 수 있었다.

표 4. 성격에 따른 죽에 대한 생각

	빈도수(%)			비고
	급함	급하지않음	계	
재료준비	26(7.2)	7(1.9)	33(9.1)	$X^2=9.373$
조리시 번거 로운 점	계속 저어줌 142(39.1)	103(28.4)	245(67.5)	$p=0.095^{NS}$
	물의 양조절 13(3.6)	6(1.7)	19(5.2)	
	불의 세기 조절 10(2.8)	2(0.6)	12(3.3)	
	농도와 온도유지 25(6.9)	12(3.3)	37(10.2)	
	무응답 9(2.5)	8(2.2)	17(4.7)	
보양식	11(3.0)	9(2.5)	20(5.5)	$X^2=4.651$
별미식	82(22.6)	61(16.8)	143(39.4)	$p=0.589^{NS}$
식사대용	47(13.0)	21(5.8)	68(18.7)	
용도	다이어트식 13(3.6)	5(1.4)	18(5.0)	
	치료식 63(17.4)	36(9.9)	99(27.3)	
	이유식 3(0.8)	1(0.3)	4(1.1)	
	무응답 6(1.7)	5(1.4)	11(3.0)	
영양	13(3.6)	19(5.2)	32(8.8)	$X^2=13.879$
인스 턴트 죽 유의점	구입 분량 6(1.7)	1(0.3)	7(1.9)	$p=0.031^*$
	맛 74(20.4)	40(11.0)	114(31.4)	
	위생적인면 71(19.6)	32(8.8)	103(28.4)	
	포장상태 10(2.8)	6(1.7)	16(4.4)	
	조리의 간편성 40(11.0)	26(7.2)	66(18.2)	
	무응답 11(3.0)	14(3.9)	25(6.9)	
조리법 제시	23(6.3)	12(3.3)	35(9.6)	$X^2=9.109$
조리시간 단축	8(2.2)	5(1.4)	13(3.6)	$p=0.245^{NS}$
조리방법 간편	26(7.2)	13(3.6)	39(10.7)	
인스 턴트 죽 개선점	적절한 농도 6(1.7)	11(3.0)	17(4.7)	
	맛 향상 68(18.7)	42(11.6)	110(30.3)	
	영양가 고려 48(13.2)	31(8.5)	79(21.8)	
	다양한 죽개발 36(9.9)	14(3.9)	50(13.8)	
	무응답 10(2.8)	10(2.8)	20(5.5)	
계	225(62.0)	138(38.0)	363(100.0)	

N.S.: Not Significant, *: $p<0.05$.

건강, 성격에 따른 죽을 먹는 시기는 유의적인 차이가 없었다(표 9, 10). 팥죽, 호박죽, 전복죽은 남자의 경우 저녁, 간식으로 많이 섭취하였고 여자는 점심 대용인 경우가 더 많았다(표 11). 흰죽, 녹두죽 등의 곡류죽은 남녀 공히 아침식사용, 간식용으로 많이 먹으며 닭죽, 장국죽 등 육류죽은 저녁 식사용으로 선호되고 있었다. 나이에 따른 죽을 먹는 시기는 비교적 유의적인 차이를 많이 나타냈는데 이는 지역과 관계없이 나이가 많아짐에 따라 죽에 대한 용도, 인지도, 선호도 등이 달라졌기 때문¹³⁾으로 생각할 수 있겠다(표 12).

연령, 성별에 따른 건강, 성격을 보면 연령에 따른 건강의 차이가 많았다(표 13-15). 특히 치아, 신체건강이

표 5. 건강에 따른 식습기호도

	빈도수(%)			비고
	낮음	보통	높음	
육류 기호도:				
매우 싫어함	0(0.0)	3(0.8)	6(1.7)	9(2.5) $X^2=11.546$
싫어함	2(0.6)	12(3.3)	9(2.5)	23(6.3) $p=0.173^{NS}$
그저 그렇다	21(5.8)	68(18.7)	29(8.0)	118(32.5)
좋아함	24(6.6)	86(23.7)	54(14.9)	164(45.2)
매우 좋아함	5(1.4)	24(6.6)	20(5.5)	49(13.5)
채소류 기호도:				
매우 싫어함	0(0.0)	0(0.0)	3(0.8)	3(0.8) $X^2=12.210$
싫어함	0(0.0)	7(1.9)	2(0.6)	9(2.5) $p=0.142^{NS}$
그저 그렇다	16(4.4)	44(12.1)	24(6.6)	84(23.1)
좋아함	28(7.7)	110(30.3)	63(17.4)	201(55.4)
매우 좋아함	8(2.2)	32(8.8)	26(7.2)	66(18.2)
단맛 기호도:				
매우 싫어함	6(1.7)	12(3.3)	11(3.0)	29(8.0) $X^2=18.204$
싫어함	14(3.9)	57(15.7)	51(14.1)	122(33.6) $p=0.020^*$
그저 그렇다	15(4.1)	81(22.3)	41(11.3)	137(37.7)
좋아함	17(4.7)	41(11.3)	15(4.1)	73(20.1)
매우 좋아함	0(0.0)	2(0.6)	0(0.0)	2(0.6)
매운맛 기호도:				
매우 싫어함	3(0.8)	7(1.9)	2(0.6)	12(3.3) $X^2=12.302$
싫어함	7(1.9)	26(7.2)	17(4.7)	50(13.8) $p=0.138^{NS}$
그저 그렇다	22(6.1)	69(19.0)	31(8.5)	122(33.6)
좋아함	20(5.5)	75(20.7)	60(16.5)	156(42.7)
매우 좋아함	0(0.0)	16(4.4)	8(2.2)	24(6.6)
부드러운 음식 기호도:				
매우 싫어함	0(0.0)	3(0.8)	2(0.6)	5(1.4) $X^2=6.533$
싫어함	7(1.9)	32(8.8)	25(6.9)	64(17.6) $p=0.588^{NS}$
그저 그렇다	21(5.8)	93(25.6)	52(14.3)	166(45.7)
좋아함	24(6.6)	62(17.1)	37(10.2)	123(33.9)
매우 좋아함	0(0.0)	3(0.8)	2(0.6)	5(1.4)
밥의 되기 기호도:				
된밥	4(1.1)	15(4.1)	18(5.0)	37(10.2) $X^2=13.597$
보통밥	31(8.5)	128(35.3)	71(19.6)	230(63.4) $p=0.034^*$
진밥	15(4.1)	29(8.0)	15(4.1)	59(16.3)
상관 없음	2(0.6)	21(5.8)	14(3.9)	37(10.2)
편식 여부:				
모두 잘 먹음	19(5.2)	85(23.4)	54(14.9)	158(43.5) $X^2=4.590$
약간 가려 먹음	24(6.6)	81(22.3)	51(14.1)	156(43.0) $p=0.597^{NS}$
매우 가려 먹음	7(1.9)	15(4.1)	6(1.7)	28(7.7)
입맛이 없을 때 만 편식	2(0.6)	12(3.3)	7(1.9)	21(5.8)
계	52(14.3)	193(53.2)	118(32.5)	363(100.0)

N.S.: Not Significant, * : $p<0.05$.

모두 나이가 들어감에 따라 나빠져 빠진 치이수가 많아
지며 성인병 등 질병의 이환율이 높아졌다. 성별에 따른

표 6. 성격에 따른 식습기호도

	빈도수(%)			비고
	급함	급하지않음	계	
육류 기호도:				
매우 싫어함	7(1.9)	2(0.6)	9(2.5)	$X^2=9.230$
싫어함	13(3.6)	10(2.8)	23(6.3)	$p=0.056^{NS}$
그저 그렇다	67(18.5)	51(14.1)	118(32.5)	
좋아함	99(27.3)	65(17.9)	164(45.2)	
매우 좋아함	39(10.7)	10(2.8)	49(13.5)	
채소류 기호도:				
매우 싫어함	3(0.8)	0(0.0)	3(0.8)	$X^2=3.963$
싫어함	5(1.4)	4(1.1)	9(2.5)	$p=0.411^{NS}$
그저 그렇다	55(15.2)	29(8.0)	84(23.1)	
좋아함	118(32.5)	83(22.9)	201(55.4)	
매우 좋아함	44(12.1)	22(6.1)	66(18.2)	
단맛 기호도:				
매우 싫어함	19(5.2)	10(2.8)	29(8.0)	$X^2=1.764$
싫어함	74(20.4)	48(13.2)	122(33.6)	$p=0.779^{NS}$
그저 그렇다	83(22.9)	54(14.9)	137(37.7)	
좋아함	47(13.0)	26(7.2)	73(20.1)	
매우 좋아함	2(0.6)	0(0.0)	2(0.6)	
매운맛 기호도:				
매우 싫어함	9(2.5)	3(0.8)	12(3.3)	$X^2=11.555$
싫어함	26(7.2)	24(6.6)	50(13.8)	$p=0.021^*$
그저 그렇다	69(19.0)	53(14.6)	122(33.6)	
좋아함	100(27.6)	55(15.2)	155(42.7)	
매우 좋아함	21(5.8)	3(0.8)	24(6.6)	
부드러운 음식 기호도:				
매우 싫어함	4(1.1)	1(0.3)	5(1.4)	$X^2=2.773$
싫어함	40(11.0)	24(6.6)	64(17.6)	$p=0.597^{NS}$
그저 그렇다	107(29.5)	59(16.3)	166(45.7)	
좋아함	72(19.8)	51(14.1)	123(33.9)	
매우 좋아함	2(0.6)	3(0.8)	5(1.4)	
밥의 되기 기호도:				
된밥	27(7.4)	10(2.8)	37(10.2)	$X^2=6.853$
보통밥	131(36.1)	99(27.3)	230(63.4)	$p=0.077^{NS}$
진밥	41(11.3)	18(5.0)	59(16.3)	
상관 없음	26(7.2)	11(3.0)	37(10.2)	
편식 여부:				
모두 잘 먹음	92(25.3)	66(18.2)	158(43.5)	$X^2=6.648$
약간 가려 먹음	95(26.2)	61(16.8)	156(43.0)	$p=0.084^{NS}$
매우 가려 먹음	23(6.3)	5(1.4)	28(7.7)	
입맛이 없을 때 때만 편식	15(4.1)	6(1.7)	21(5.8)	
계	225(62.0)	138(38.0)	363(100.0)	

N.S.: Not Significant, * : $p<0.05$.

건강 차이는 크지 않았다. 남녀 모두 성격이 급한 사람
이 각각 30.0%, 32.0%로 성격이 급하지 않은 사람보다

표 7. 연령에 따른 식품기호도

	빈도수(%)				비고
	10대-20대	30대	40대	50대이상	
육류 기호도:	$X^2=11.631$				
매우 싫어함	5(1.4)	2(0.6)	2(0.6)	9(2.5)	$P=0.168^{NS}$
싫어함	9(2.5)	6(1.7)	8(2.2)	23(6.3)	
그저 그렇다	49(13.5)	38(10.5)	31(8.5)	118(32.5)	
좋아함	84(23.1)	40(11.0)	40(11.0)	164(45.2)	
매우 좋아함	33(9.1)	9(2.5)	7(1.9)	49(13.5)	
채소류 기호도:	$X^2=7.774$				
매우 싫어함	2(0.6)	0(0.0)	1(0.3)	3(0.8)	$P=0.456^{NS}$
싫어함	6(1.7)	2(0.6)	1(0.3)	9(2.5)	
그저 그렇다	45(12.4)	25(6.9)	14(3.9)	84(23.1)	
좋아함	92(25.3)	51(14.1)	58(16.0)	201(55.4)	
매우 좋아함	35(9.6)	17(4.7)	14(3.9)	66(18.2)	
단맛 기호도:	$X^2=16.631$				
매우 싫어함	11(3.0)	12(3.3)	6(1.7)	29(8.0)	$P=0.034^*$
싫어함	55(15.2)	35(9.6)	32(8.8)	122(33.6)	
그저 그렇다	81(22.3)	29(8.0)	27(7.4)	137(37.7)	
좋아함	33(9.1)	19(5.2)	21(5.8)	73(20.1)	
매우 좋아함	0(0.0)	0(0.0)	2(0.6)	2(0.6)	
매운맛 기호도:	$X^2=20.581$				
매우 싫어함	5(1.4)	4(1.1)	3(0.8)	12(3.3)	$P=0.008^{**}$
싫어함	17(4.7)	13(3.6)	20(5.5)	50(13.8)	
그저 그렇다	58(16.0)	32(8.8)	32(8.8)	122(33.6)	
좋아함	80(22.0)	43(11.9)	32(8.8)	155(42.7)	
매우 좋아함	20(5.5)	3(0.8)	1(0.3)	24(6.6)	
부드러운 음식 기호도:	$X^2=17.790$				
매우 싫어함	4(1.1)	0(0.0)	1(0.3)	5(1.4)	$P=0.023^*$
싫어함	25(6.9)	24(6.6)	15(4.1)	64(17.6)	
그저 그렇다	95(26.2)	40(11.0)	31(8.5)	166(45.7)	
좋아함	55(15.2)	30(8.3)	38(10.5)	123(33.8)	
매우 좋아함	1(0.3)	1(0.3)	3(0.8)	5(1.4)	
밥의 되기 기호도:	$X^2=8.171$				
된밥	21(5.8)	11(3.0)	5(1.4)	37(10.2)	$P=0.226$
보통밥	109(30.0)	64(17.6)	57(15.7)	230(63.4)	
진밥	28(7.7)	11(3.0)	20(5.5)	59(16.3)	
상관 없음	22(6.1)	9(2.5)	6(1.7)	37(10.2)	
편식 여부:	$X^2=32.021$				
모두 잘 먹음	57(15.7)	47(13.0)	54(14.9)	158(43.5)	$P=0.001^{**}$
약간 가려 먹음	87(24.0)	41(11.3)	28(7.7)	156(43.0)	
매우 가려 먹음	22(6.1)	1(0.3)	5(1.4)	28(7.7)	
입맛이 없을 때만 편식	14(3.9)	6(1.7)	1(0.3)	21(5.8)	
계	180(49.6)	95(26.2)	88(24.2)	363(100)	

N.S.: Not Significant, * : $P<0.05$, ** : $P<0.01$.

표 8. 성별에 따른 식품기호도

	빈도수(%)			비고
	남	녀	계	
육류 기호도:	$X^2=23.498$			
매우 싫어함	2(0.6)	7(1.9)	9(2.5)	$P=0.000^{***}$
싫어함	8(2.2)	15(4.1)	23(6.3)	
그저 그렇다	39(10.7)	79(21.8)	118(32.5)	
좋아함	95(26.2)	69(19.0)	164(45.2)	
매우 좋아함	29(8.0)	20(5.5)	49(13.5)	
채소류 기호도:	$X^2=9.865$			
매우 싫어함	3(0.8)	0(0.0)	3(0.8)	$P=0.043^*$
싫어함	4(1.1)	5(1.4)	9(2.5)	
그저 그렇다	44(12.1)	40(11.0)	84(23.1)	
좋아함	100(27.6)	101(27.8)	201(55.4)	
매우 좋아함	22(6.1)	44(12.1)	66(18.2)	
단맛 기호도:	$X^2=1.772$			
매우 싫어함	13(3.6)	16(4.4)	29(8.0)	$P=0.778^{NS}$
싫어함	63(17.4)	59(16.3)	122(33.6)	
그저 그렇다	60(16.5)	77(21.2)	137(37.7)	
좋아함	36(9.9)	37(10.2)	73(20.1)	
매우 좋아함	1(0.3)	1(0.3)	2(0.6)	
매운맛 기호도:	$X^2=3.984$			
매우 싫어함	5(1.4)	7(1.9)	12(3.3)	$P=0.408^{NS}$
싫어함	19(5.2)	31(8.5)	50(13.8)	
그저 그렇다	61(16.8)	61(16.8)	122(33.6)	
좋아함	79(21.8)	76(20.9)	155(42.7)	
매우 좋아함	9(2.5)	15(4.1)	24(6.6)	
부드러운 음식 기호도:	$X^2=2.726$			
매우 싫어함	3(0.8)	2(0.6)	5(1.4)	$P=0.605^{NS}$
싫어함	34(9.4)	30(8.3)	64(17.6)	
그저 그렇다	77(21.2)	89(24.5)	166(45.7)	
좋아함	58(16.0)	65(17.9)	123(33.9)	
매우 좋아함	1(0.3)	4(1.1)	5(1.4)	
밥의 되기 기호도:	$X^2=3.511$			
된밥	22(6.1)	15(4.1)	37(10.2)	$P=0.319^{NS}$
보통밥	111(30.6)	119(32.8)	230(63.4)	
진밥	25(6.9)	34(9.4)	59(16.3)	
상관 없음	15(4.1)	22(6.1)	37(10.2)	
편식 여부:	$X^2=4.524$			
모두 잘 먹음	83(22.9)	75(20.7)	158(43.5)	$P=0.210^{NS}$
약간 가려 먹음	65(17.9)	91(25.1)	156(43.0)	
매우 가려 먹음	13(3.6)	15(4.1)	28(7.7)	
입맛이 없을 때만 편식	12(3.3)	9(2.5)	21(5.8)	
계	173(47.7)	190(52.3)	363(100.0)	

N.S.: Not Significant, * : $P<0.05$, ** : $P<0.01$.

높은 분포를 나타내었다(표 16). 연령에 따른 성격지수는 유의차를 보였는데($p<0.01$) 10대는 성격이 급한 것으로

나타났고, 나이에 따라 성격이 누그러지는 경향을 보였으며 50대 이상에서 나타난 성격은 연륜에 의한 것으로

표 9. 건강지수에 따른 각 죽을 먹는 시기

						빈도수(%)					
						낮음	보통	높음	계	비고	
환죽:						닭죽:					
아침식사	20(5.5)	69(19.0)	41(11.3)	130(35.8)	$X^2=9.112$	아침식사	3(0.8)	15(4.1)	8(2.2)	26(7.2)	$X^2=4.951$
점심	3(0.8)	13(3.6)	5(1.4)	21(5.8)	$p=0.522^{NS}$	점심	8(2.2)	42(11.6)	21(5.8)	71(19.6)	$p=0.894^{NS}$
저녁	6(1.7)	25(6.9)	20(5.5)	51(14.1)		저녁	24(6.6)	77(21.2)	52(14.3)	153(42.2)	
식사전	6(1.7)	11(3.0)	3(0.8)	20(5.5)		식사전	3(0.8)	7(1.9)	3(0.8)	13(3.6)	
간식	4(1.1)	27(7.4)	15(4.1)	46(12.7)		간식	3(0.8)	21(5.8)	14(3.9)	38(10.5)	
무응답	13(3.6)	48(13.2)	34(9.4)	95(26.2)		무응답	11(3.0)	31(8.5)	20(5.5)	62(17.1)	
팔죽:						장국죽(쇠고기죽):					
아침식사	4(1.1)	11(3.0)	7(1.9)	22(6.1)	$X^2=3.697$	아침식사	8(2.2)	18(5.0)	14(3.9)	40(11.0)	$X^2=10.463$
점심	10(2.8)	34(9.4)	24(6.6)	68(18.7)	$p=0.960^{NS}$	점심	7(1.9)	23(6.3)	6(1.7)	36(9.9)	$p=0.401^{NS}$
저녁	14(3.9)	42(11.6)	25(6.9)	81(22.3)		저녁	11(3.0)	39(10.7)	19(5.2)	69(19.0)	
식사전	2(0.6)	6(1.7)	4(1.1)	12(3.3)		식사전	3(0.8)	5(1.4)	4(1.1)	12(3.3)	
간식	16(4.4)	64(17.6)	33(9.1)	113(31.1)		간식	4(1.1)	14(3.9)	11(3.0)	29(8.0)	
무응답	6(1.7)	36(9.9)	25(6.9)	67(18.5)		무응답	19(5.2)	94(25.9)	64(17.6)	177(48.8)	
녹두죽:						전복죽:					
아침식사	8(2.2)	10(2.8)	10(2.8)	28(7.7)	$X^2=12.254$	아침식사	4(1.1)	21(5.8)	8(2.2)	33(9.1)	$X^2=5.547$
점심	5(1.4)	12(3.3)	3(0.8)	20(5.5)	$p=0.268^{NS}$	점심	8(2.2)	26(7.2)	10(2.8)	44(12.1)	$p=0.852^{NS}$
저녁	7(1.9)	27(7.4)	12(3.3)	46(12.7)		저녁	5(1.4)	26(7.2)	18(5.0)	49(13.5)	
식사전	1(0.3)	5(1.4)	3(0.8)	9(2.5)		식사전	2(0.6)	6(1.7)	5(1.4)	13(3.6)	
간식	7(1.9)	23(6.3)	15(4.1)	45(12.4)		간식	10(2.8)	29(8.0)	22(6.1)	61(16.8)	
무응답	24(6.6)	116(32.0)	75(20.7)	215(59.2)		무응답	23(6.3)	85(23.4)	55(15.2)	163(44.9)	
호박죽:						자죽:					
아침식사	5(1.4)	13(3.6)	10(2.8)	28(7.7)	$X^2=17.727$	아침식사	8(2.2)	20(5.5)	10(2.8)	38(10.5)	$X^2=8.096$
점심	13(3.6)	45(12.4)	11(3.0)	69(19.0)	$p=0.060^{NS}$	점심	2(0.6)	22(6.1)	7(1.9)	31(8.5)	$p=0.619^{NS}$
저녁	12(3.3)	32(8.8)	15(4.1)	59(16.3)		저녁	4(1.1)	20(5.5)	12(3.3)	36(9.9)	
식사전	1(0.3)	6(1.7)	5(1.4)	12(3.3)		식사전	3(0.8)	9(2.5)	4(1.1)	16(4.4)	
간식	13(3.6)	59(16.3)	50(13.8)	122(33.6)		간식	14(3.9)	40(11.0)	29(8.0)	83(22.9)	
무응답	8(2.2)	38(10.5)	27(7.4)	73(20.1)		무응답	21(5.8)	82(22.6)	56(15.4)	159(43.8)	
						계	52(14.3)	193(53.2)	118(32.5)	363(100.0)	

N.S.: Not Significant.

표 10. 성격지수에 따른 각 죽을 먹는 시기

						빈도수(%)				
						급함	급하지 않음	계	비고	
환죽:						닭죽:				
아침식사	86(23.7)	44(12.1)	130(35.8)	$X^2=5.528$		아침식사	17(4.7)	9(2.5)	26(7.2)	$X^2=7.635$
점심	13(3.6)	8(2.2)	21(5.8)	$p=0.355^{NS}$		점심	39(10.7)	32(8.8)	71(19.6)	$p=0.178^{NS}$
저녁	36(9.9)	15(4.1)	51(14.1)			저녁	96(26.5)	57(15.7)	153(42.2)	
식사전	11(3.0)	9(2.5)	20(5.5)			식사전	12(3.3)	1(0.3)	13(3.6)	
간식	24(6.6)	22(6.1)	46(12.7)			간식	21(5.8)	17(4.7)	38(10.5)	
무응답	55(15.2)	40(11.0)	95(26.2)			무응답	40(11.0)	22(6.1)	62(17.1)	
팔죽:						장국죽(쇠고기죽):				
아침식사	20(5.5)	2(0.6)	22(6.1)	$X^2=10.462$		아침식사	22(6.1)	18(5.0)	40(11.0)	$X^2=4.213$
점심	40(11.0)	28(7.7)	68(18.7)	$p=0.063^{NS}$		점심	19(5.2)	17(4.7)	36(9.9)	$p=0.519^{NS}$
저녁	50(13.8)	31(8.5)	81(22.3)			저녁	41(11.3)	28(7.7)	69(19.0)	
식사전	8(2.2)	4(1.1)	12(3.3)			식사전	8(2.2)	4(1.1)	12(3.3)	
간식	63(17.4)	50(13.8)	113(31.1)			간식	17(4.7)	12(3.3)	29(8.0)	
무응답	44(12.1)	23(6.3)	67(18.5)			무응답	118(32.5)	59(16.3)	177(48.8)	

표 10. Continued

빈도수(%)

	급함	급하지 않음	계	비고		급함	급하지 않음	계	비고
녹두죽:					전복죽:				
아침식사	20(5.5)	8(2.2)	28(7.7)	$X^2=10.926$ $p=0.053^{NS}$	아침식사	21(5.8)	12(3.3)	33(9.1)	$X^2=3.867$ $p=0.569^{NS}$
점심	9(2.5)	11(3.0)	20(5.5)		점심	28(7.7)	16(4.4)	44(12.1)	
저녁	30(8.3)	16(4.4)	46(12.7)		저녁	34(9.4)	15(4.1)	49(13.5)	
식사전	5(1.4)	4(1.1)	9(2.5)		식사전	9(2.5)	4(1.1)	13(3.6)	
간식	20(5.5)	25(6.9)	45(12.4)		간식	32(8.8)	29(8.0)	61(16.8)	
무응답	141(38.8)	74(20.4)	215(59.2)		무응답	101(27.8)	62(17.1)	163(44.9)	
호박죽:					갯죽:				
아침식사	19(5.2)	9(2.5)	28(7.7)	$X^2=5.914$ $p=0.315^{NS}$	아침식사	23(6.3)	15(4.1)	38(10.5)	$X^2=1.504$ $p=0.913^{NS}$
점심	38(10.5)	31(8.5)	69(19.0)		점심	20(5.5)	11(3.0)	31(8.5)	
저녁	42(11.6)	17(4.7)	59(16.3)		저녁	23(6.3)	13(3.6)	36(9.9)	
식사전	7(1.9)	5(1.4)	12(3.3)		식사전	10(2.8)	6(1.7)	16(4.4)	
간식	70(19.3)	52(14.3)	122(33.6)		간식	47(13.0)	36(9.9)	83(22.9)	
무응답	49(13.5)	24(6.6)	73(20.1)		무응답	102(28.1)	57(15.7)	159(43.8)	
					계				
					225(62.0) 138(38.0) 363(100.0)				

N.S.: Not Significant, N.S.: Not Significant.

표 11. 남녀에 따른 각 죽을 먹는 시기

빈도수(%)

		남	녀	계	비고		남	녀	계	비고	
흰죽	아침식사	58(16.0)	72(19.8)	130(35.8)	$X^2=7.478$ $P=0.187^{NS}$	닭죽	아침식사	12(3.3)	14(3.9)	26(7.2)	$X^2=3.980$ $P=0.552^{NS}$
	점심	6(1.7)	15(4.1)	21(5.8)			점심	29(8.0)	42(11.6)	71(19.6)	
	저녁	23(6.3)	28(7.7)	51(14.1)			저녁	72(19.8)	81(22.3)	153(42.2)	
	식사전	13(3.6)	7(1.9)	20(5.5)			식사전	8(2.2)	5(1.4)	13(3.6)	
	간식	22(6.1)	24(6.6)	46(12.7)			간식	22(6.1)	16(4.4)	38(10.5)	
	무응답	51(14.1)	44(12.1)	95(26.2)			무응답	30(8.3)	32(8.8)	62(17.1)	
팥죽	아침식사	11(3.0)	11(3.0)	22(6.1)	$X^2=20.708$ $p=0.001^*$	장국죽 (최고기죽)	아침식사	14(3.9)	26(7.2)	40(11.0)	$X^2=9.756$ $P=0.082^{NS}$
	점심	18(5.0)	50(13.8)	68(18.7)			점심	11(3.0)	25(6.9)	36(9.9)	
	저녁	39(10.7)	42(11.6)	81(22.3)			저녁	34(9.4)	35(9.6)	69(19.0)	
	식사전	3(0.8)	9(2.5)	12(3.3)			식사전	5(1.4)	7(1.9)	12(3.3)	
	간식	65(17.9)	48(13.2)	113(31.1)			간식	17(4.7)	12(3.3)	29(8.0)	
	무응답	37(10.2)	30(8.3)	67(18.5)			무응답	92(25.3)	85(23.4)	177(48.8)	
녹두죽	아침식사	13(3.6)	15(4.1)	28(7.7)	$X^2=8.051$ $P=0.153^{NS}$	전복죽	아침식사	18(5.0)	15(4.1)	33(9.1)	$X^2=11.504$ $P=0.042^*$
	점심	4(1.1)	16(4.4)	20(5.5)			점심	15(4.1)	29(8.0)	44(12.1)	
	저녁	21(5.8)	25(6.9)	46(12.7)			저녁	29(8.0)	20(5.5)	49(13.5)	
	식사전	3(0.8)	6(1.7)	9(2.5)			식사전	6(1.7)	7(1.9)	13(3.6)	
	간식	22(6.1)	23(6.3)	45(12.4)			간식	36(9.9)	25(6.9)	61(16.8)	
	무응답	110(30.3)	105(28.9)	215(59.2)			무응답	69(19.0)	94(25.9)	163(44.9)	
호박죽	아침식사	17(4.7)	11(3.0)	28(7.7)	$X^2=13.448$ $P=0.020^*$	갯죽	아침식사	14(3.9)	24(6.6)	38(10.5)	$X^2=10.718$ $P=0.057^*$
	점심	20(5.5)	49(13.5)	69(19.0)			점심	12(3.3)	19(5.2)	31(8.5)	
	저녁	28(7.7)	31(8.5)	59(16.3)			저녁	19(5.2)	17(4.7)	36(9.9)	
	식사전	7(1.9)	5(1.4)	12(3.3)			식사전	6(1.7)	10(2.8)	16(4.4)	
	간식	63(17.4)	59(16.3)	122(33.6)			간식	51(14.1)	32(8.8)	83(22.9)	
	무응답	38(10.5)	35(9.6)	73(20.1)			무응답	71(19.6)	88(24.2)	159(43.8)	
						계					
						173(47.7) 190(52.3) 363(100.0)					

N.S.: Not Significant, * : P<0.05, ** : P<0.01.

표 12. 연령에 따른 각 죽을 먹는 시기

빈도수(%)

	10대-20대	30대-40대	50대이상	계	비고	10대-20대	30대-40대	50대이상	계	비고	
흰죽	아침식사 57(15.7)	33(9.1)	40(11.0)	130(35.8)	$X^2=14.071$	닭죽	아침식사 13(3.6)	7(1.9)	6(1.7)	26(7.2)	$X^2=19.880$
	점심 10(2.8)	4(1.1)	7(1.9)	21(5.8)	$P=0.170^{NS}$		점심 27(7.4)	14(3.9)	30(8.3)	71(19.6)	$P=0.030^*$
	저녁 27(7.4)	15(4.1)	9(2.5)	51(14.1)			저녁 80(22.0)	44(12.1)	29(8.0)	153(42.2)	
	식사전 73(1.9)	9(2.5)	4(1.1)	20(5.5)			식사전 6(1.7)	6(1.7)	1(0.3)	13(3.6)	
	간식 26(7.2)	8(2.2)	12(3.3)	46(12.7)			간식 19(5.2)	9(2.5)	10(2.8)	38(10.5)	
	무응답 53(14.6)	26(7.2)	16(4.4)	95(26.2)			무응답 35(9.6)	15(4.1)	12(3.3)	62(17.1)	
팥죽	아침식사 14(3.9)	3(0.8)	5(1.4)	22(6.1)	$X^2=23.998$	장국죽	아침식사 14(3.9)	13(3.6)	13(3.6)	40(11.0)	$X^2=37.710$
	점심 32(8.8)	15(4.1)	21(5.8)	68(18.7)	$P=0.008^{**}$	(최고	점심 10(2.8)	8(2.2)	18(5.0)	36(9.9)	$P=0.001^{***}$
	저녁 26(7.2)	30(8.3)	25(6.9)	81(22.3)		기죽) 저녁 25(6.9)	24(6.6)	20(5.5)	69(19.0)		
	식사전 4(1.1)	4(1.1)	4(1.1)	12(3.3)			식사전 8(2.2)	3(0.8)	1(0.3)	12(3.3)	
	간식 60(16.5)	28(7.7)	25(6.9)	113(31.1)			간식 12(3.3)	10(2.8)	7(1.9)	29(8.0)	
	무응답 44(12.1)	15(4.1)	8(2.2)	67(18.5)			무응답 111(30.6)	37(10.2)	29(8.0)	77(48.8)	
녹두죽	아침식사 10(2.8)	7(1.9)	11(3.0)	28(7.7)	$X^2=65.676$	전복죽	아침식사 13(3.6)	4(1.1)	16(4.4)	33(9.1)	$X^2=56.942$
	점심 2(0.6)	5(1.4)	13(3.6)	20(5.5)	$P=0.001^{***}$		점심 11(3.0)	12(3.3)	21(5.8)	44(12.1)	$P=0.001^{***}$
	저녁 13(3.6)	17(4.7)	16(4.4)	46(12.7)			저녁 19(5.2)	19(5.2)	11(3.0)	49(13.5)	
	식사전 6(1.7)	2(0.6)	3(0.8)	9(2.5)			식사전 7(1.9)	3(0.8)	3(0.8)	13(3.6)	
	간식 12(3.3)	15(4.1)	18(5.0)	45(12.4)			간식 22(6.1)	20(5.5)	19(5.2)	61(16.8)	
	무응답 139(38.3)	49(13.5)	27(7.4)	215(59.2)			무응답 108(29.8)	37(10.2)	18(5.0)	163(44.9)	
호박죽	아침식사 11(3.0)	5(1.4)	12(3.3)	28(7.7)	$X^2=27.051$	갯죽	아침식사 16(4.4)	8(2.2)	14(3.9)	38(10.5)	$X^2=40.86$
	점심 27(7.4)	20(5.5)	22(6.1)	69(19.0)	$P=0.003^{**}$		점심 9(2.5)	6(1.7)	16(4.4)	31(8.5)	$P=0.001^{***}$
	저녁 23(6.3)	22(6.1)	14(3.9)	59(16.3)			저녁 14(3.9)	13(3.6)	9(2.5)	36(9.9)	
	식사전 6(1.7)	3(0.8)	3(0.8)	12(3.3)			식사전 7(1.9)	4(1.1)	5(1.4)	16(4.4)	
	간식 61(16.8)	32(8.8)	29(8.0)	122(33.6)			간식 31(8.5)	28(7.7)	24(6.6)	83(22.9)	
	무응답 52(14.3)	13(5.6)	8(2.2)	73(20.1)			무응답 103(28.4)	36(9.9)	20(5.5)	159(43.8)	
						계	180(49.6)	95(26.2)	88(24.2)	363(100.0)	

N.S.: Not Significant, * : $P < 0.05$, ** : $P < 0.01$, *** : $P < 0.001$.

표 13. 성격지수에 따른 건강상태

빈도수(%)

		급함	급하지 않음	계	비고
치아건강:	불량	110(30.3)	78(21.5)	188(51.8)	$X^2=1.996$
	양호	115(31.7)	60(16.5)	175(48.2)	$p=0.158^{NS}$
빠진치아수:	7개이상	4(1.1)	1(0.3)	5(1.4)	$X^2=3.844$
	5-6개	9(2.5)	8(2.2)	17(4.7)	$p=0.428^{NS}$
	3-4개	15(4.1)	5(1.4)	20(5.5)	
	1-2개	44(12.1)	34(9.4)	78(21.5)	
	없음	153(42.2)	90(24.8)	243(66.9)	
신체건강:	불량	63(17.4)	42(11.6)	105(28.9)	$X^2=0.247$
	양호	162(44.6)	96(26.5)	258(71.1)	$p=0.619^{NS}$
질병명:	당뇨병	7(1.9)	2(0.6)	9(2.5)	$X^2=7.529$
	고혈압	10(2.8)	2(0.6)	12(3.3)	$p=0.376^{NS}$
	간질환	3(0.8)	2(0.6)	5(1.4)	
	위염, 위궤양	17(4.7)	16(4.4)	33(9.1)	
	신경통, 관절염	17(4.7)	7(1.9)	24(6.6)	
	신장병	0(0.0)	1(0.3)	1(0.3)	
	기타	16(4.4)	12(3.3)	28(7.7)	
	건강함	155(42.7)	96(26.5)	251(69.2)	
계	225(62.0)	138(38.0)	363(100.0)		

N.S.: Not Significant.

표 14. 연령에 따른 건강상태

						빈도수(%)
		10대-20대	30대-40대	50대이상	계	비고
치아건강:	불량	79(21.8)	58(16.0)	51(14.1)	188(51.8)	$X^2=9.104$ $P=0.011^*$
	양호	101(27.8)	37(10.2)	37(10.2)	175(48.2)	
빠진치아수:	7개이상	2(0.6)	1(0.3)	2(0.6)	5(1.4)	$X^2=25.823$ $P=0.001^{**}$
	5-6개	3(0.8)	4(1.1)	10(2.8)	17(4.7)	
	3-4개	8(2.2)	6(1.7)	6(1.7)	20(5.5)	
	1-2개	28(7.7)	29(8.0)	21(5.8)	78(21.5)	
	없음	139(38.3)	55(15.2)	49(13.5)	243(66.9)	
신체건강:	불량	29(8.0)	37(10.2)	39(10.7)	105(28.9)	$X^2=29.160$ $P=0.001^{**}$
	양호	151(41.6)	58(16.0)	49(13.5)	258(71.1)	
질병명:	당뇨병	1(0.3)	3(0.8)	5(1.4)	9(2.5)	$X^2=56.810$ $P=0.001^{**}$
	고혈압	0(0.0)	5(1.4)	7(1.9)	12(3.3)	
	간질환	1(0.3)	2(0.6)	2(0.6)	5(1.4)	
	위염, 위궤양	10(2.8)	14(3.9)	9(2.5)	33(9.1)	
	신경통, 관절염	3(0.8)	9(2.5)	12(3.3)	24(6.6)	
	신장병	0(0.0)	1(0.3)	0(0.0)	1(0.3)	
	기타	13(3.6)	7(1.9)	8(2.2)	28(7.7)	
	건강함	152(41.9)	54(14.9)	45(12.4)	251(69.2)	
	계	180(49.6)	95(26.2)	88(24.2)	363(100.0)	

* : $p<0.05$, ** : $p<0.01$.

표 15. 성별에 따른 건강상태

					빈도수(%)
		남	여	계	비고
치아건강:	불량	86(23.7)	102(8.1)	188(51.8)	$X^2=0.573$ $P=0.449^{NS}$
	양호	87(24.0)	88(24.2)	175(48.2)	
빠진치아수:	7개이상	3(0.8)	2(0.6)	5(1.4)	$X^2=3.042$ $P=0.551^{NS}$
	5-6개	5(1.4)	12(3.3)	17(4.7)	
	3-4개	11(3.0)	9(2.5)	20(5.5)	
	1-2개	38(10.5)	40(11.0)	78(21.5)	
	없음	116(32.0)	127(35.0)	243(66.9)	
신체건강:	불량	45(12.4)	60(16.5)	105(28.9)	$X^2=1.365$ $P=0.243^{NS}$
	양호	128(35.3)	130(35.8)	258(71.1)	
질병명:	당뇨병	6(1.7)	3(0.8)	9(2.5)	$X^2=11.539$ $P=0.117^{NS}$
	고혈압	5(1.4)	7(1.9)	12(3.3)	
	간질환	3(0.8)	2(0.6)	5(1.4)	
	위염, 위궤양	12(3.3)	21(5.8)	33(9.1)	
	신경통, 관절염	6(1.7)	18(5.0)	24(6.6)	
	신장병	0(0.0)	1(0.3)	1(0.3)	
	기타	17(4.7)	11(3.0)	28(7.7)	
	건강함	124(34.2)	127(35.0)	251(69.2)	
	계	173(47.7)	190(52.3)	363(100.0)	

N.S.: Not Significant.

사료된다(표 17). 건강에 따른 성격은 큰 차이가 없는 것으로 나타났으나 약속시간에 대한 인내력의 경우 건강할수록 참을성이 강한 것을 알 수 있었다(표 18). 본인 스스로는 급하지 않다고 생각하면서도 젊을수록 일의 진

행을 참고 기다리는 인내력의 감소가 나타났고 나이가 들수록 경쟁과 강박적인 개념에 대해 훨씬 관대해 짐을 알 수 있었다(표 19). 성격에 있어 남녀의 차이는 크지 않았다(표 20). 연령이 증가함에 따라 건강은 나빠지나

표 16. 성별에 따른 건강지수, 성격지수 빈도수 (%)

	남		녀		계	비고
	빈도수	(%)	빈도수	(%)		
건강지수:						
낮음	24(6.6)		28(7.7)		52(14.3)	$X^2=4.961$
보통	83(22.9)		110(30.3)		193(53.2)	$p=0.084^{NS}$
높음	66(18.2)		52(14.3)		118(32.5)	
성격지수:						
급합	109(30.0)		116(32.0)		225(62.0)	$X^2=0.147$
급하지 않음	64(17.6)		74(20.4)		138(38.0)	$p=0.702^{NS}$
계	173(47.7)		190(52.3)		363(100.0)	

N.S.: Not Significant.

표 17. 연령에 따른 건강지수, 성격지수 빈도수 (%)

	10대-20대			30대-40대		50대이상		계	비고
	빈도수	(%)	빈도수	(%)	빈도수	(%)			
건강지수:									
낮음	15(4.1)		17(4.7)		20(5.5)		52(14.3)	$X^2=15.125$	
보통	95(26.2)		55(15.2)		43(11.9)		193(53.2)	$p=0.004^{**}$	
높음	70(19.3)		23(6.3)		25(6.9)		118(32.5)		
성격지수:									
급합	129(35.5)		51(14.1)		45(12.4)		225(62.0)	$X^2=14.333$	
급하지 않음	51(14.1)		44(12.1)		43(11.9)		138(38.0)	$p=0.001^{**}$	
계	180(49.6)		95(26.2)		88(24.2)		363(100.0)		

** : $p<0.01$.

표 18. 건강지수에 따른 성격, 심리상태 빈도수(%)

	건강지수				계	비고
	낮음	보통	높음	비고		
약속 시간에 늦거나 일이 느리게 진행되는 것을 못참는다:						
전혀 그렇지 않다	2(0.6)	13(3.6)	11(3.0)	26(7.2)	$X^2=13.387$	
대체로 그렇지 않다	11(3.0)	59(16.3)	21(5.8)	91(25.1)	$p=0.037^*$	
종종 그렇다	20(5.5)	85(23.4)	57(15.7)	162(44.6)		
거의 늘 그렇다	19(5.2)	36(9.9)	29(8.0)	84(23.1)		
줄을 서서 기다리는 것을 싫어한다:						
전혀 그렇지 않다	10(2.8)	40(11.0)	26(7.2)	76(20.9)	$X^2=3.223$	
대체로 그렇지 않다	21(5.8)	62(17.1)	38(10.5)	121(33.3)	$p=0.780^{NS}$	
종종 그렇다	12(3.3)	66(18.2)	37(10.2)	115(31.7)		
거의 늘 그렇다	9(2.5)	25(6.9)	17(4.7)	51(14.1)		
나의 일과 오락을 경쟁적으로 하려고 한다:						
전혀 그렇지 않다	11(3.0)	50(13.8)	22(6.1)	83(22.9)	$X^2=5.806$	
대체로 그렇지 않다	25(6.9)	74(20.4)	46(12.7)	145(39.9)	$p=0.445^{NS}$	
종종 그렇다	10(2.8)	54(14.9)	38(10.5)	102(28.1)		
거의 늘 그렇다	6(1.7)	15(4.1)	12(3.3)	33(9.1)		
일을 할 때 시간을 정해 놓고 강박적으로 한다:						
전혀 그렇지 않다	10(2.8)	26(7.2)	29(8.0)	65(17.9)	$X^2=8.210$	
대체로 그렇지 않다	24(6.6)	89(24.5)	54(14.9)	167(46.0)	$p=0.223^{NS}$	
종종 그렇다	12(3.3)	59(16.3)	27(7.4)	98(27.0)		
거의 늘 그렇다	6(1.7)	19(5.2)	8(2.2)	33(9.1)		
내가 하고 싶은 일이 다른 사람에 의해 좌우되는 것을 싫어한다:						
전혀 그렇지 않다	2(0.6)	11(3.0)	3(0.8)	16(4.4)	$X^2=9.193$	
대체로 그렇지 않다	11(3.0)	38(10.5)	19(5.2)	68(18.7)	$p=0.163^{NS}$	
종종 그렇다	17(4.7)	91(25.1)	49(13.5)	157(43.3)		
거의 늘 그렇다	22(6.1)	53(14.6)	47(13.0)	122(33.6)		
현실적으로 그럴 필요가 없을 때도 스스로를 몰아세우는 편이다:						
전혀 그렇지 않다	10(2.8)	47(13.0)	31(8.5)	88(24.2)	$X^2=9.189$	
대체로 그렇지 않다	21(5.8)	78(21.5)	56(15.4)	155(42.7)	$p=0.163^{NS}$	
종종 그렇다	15(4.1)	57(15.7)	29(8.0)	101(27.8)		
거의 늘 그렇다	6(1.7)	11(3.0)	2(0.6)	19(5.2)		
계	52(14.3)	193(53.2)	118(32.5)	363(100.0)		

NS: Not Significant, * : $P<0.05$.

성격은 훨씬 원만해진다. 남녀에 따른 건강과 성격의 차이는 찾아볼 수 없었다.

3. 일반 식품에 대한 기호도

건강에 따른 식품 기호도를 보면 건강한 사람일수록

표 19. 연령에 따른 성격, 심리상태

빈도수(%)

	10대-20대	30대-40대	50대이상	계	비고
약속 시간에 늦거나 일이 느리게 진행되는 것을 못참는다:					
전혀 그렇지 않다	7(1.9)	6(1.7)	13(3.6)	26(7.2)	$X^2=18.645$
대체로 그렇지 않다	38(10.5)	31(8.5)	22(6.1)	91(25.1)	$P=0.005^{**}$
종종 그렇다	95(26.2)	35(9.6)	32(8.8)	162(44.6)	
거의 늘 그렇다	40(11.0)	23(6.3)	21(5.8)	84(23.1)	
줄을 서서 기다리는 것을 싫어한다:					
전혀 그렇지 않다	20(5.5)	25(6.9)	31(8.5)	76(20.9)	$X^2=31.340$
대체로 그렇지 않다	57(15.7)	31(8.5)	33(9.1)	121(33.3)	$P=0.001^{**}$
종종 그렇다	73(20.1)	26(7.2)	16(4.4)	115(31.7)	
거의 늘 그렇다	30(8.3)	13(3.6)	8(2.2)	51(14.1)	
나의 일과 오락을 경쟁적으로 하려고 한다:					
전혀 그렇지 않다	20(5.5)	33(9.1)	30(8.3)	83(22.9)	$X^2=37.613$
대체로 그렇지 않다	78(21.5)	33(9.1)	34(9.4)	145(39.9)	$P=0.001^{**}$
종종 그렇다	69(19.0)	18(5.0)	15(4.1)	102(28.1)	
거의 늘 그렇다	13(3.6)	11(3.0)	9(2.5)	33(9.1)	
일을 할 때 시간을 정해 놓고 강박적으로 한다:					
전혀 그렇지 않다	16(4.4)	21(5.8)	28(7.7)	65(17.9)	$X^2=30.766$
대체로 그렇지 않다	90(24.8)	42(11.6)	35(9.6)	167(46.0)	$P=0.001^{**}$
종종 그렇다	62(17.1)	19(5.2)	17(4.7)	98(27.0)	
거의 늘 그렇다	12(3.3)	13(3.6)	8(2.2)	33(9.1)	
내가 하고 싶은 일이 다른 사람에 의해 좌우되는 것을 싫어한다:					
전혀 그렇지 않다	1(0.3)	3(0.8)	12(3.3)	16(4.4)	$X^2=34.722$
대체로 그렇지 않다	27(7.4)	24(6.6)	17(4.7)	68(18.7)	$P=0.001^{**}$
종종 그렇다	87(24.0)	44(12.1)	26(7.2)	157(43.3)	
거의 늘 그렇다	65(17.9)	24(6.6)	33(9.1)	122(33.6)	
현실적으로 그럴 필요가 없을 때도 스스로를 몰아 세우는 편이다:					
전혀 그렇지 않다	28(7.7)	28(7.7)	32(8.8)	88(24.2)	$X^2=20.303$
대체로 그렇지 않다	78(21.5)	43(11.9)	34(9.4)	155(42.7)	$P=0.002^{**}$
종종 그렇다	64(17.6)	19(5.2)	18(5.0)	101(27.8)	
거의 늘 그렇다	10(2.8)	5(1.4)	4(1.1)	19(5.2)	
계	180(49.6)	95(26.2)	88(24.2)	363(100.0)	

** $P<0.01$.

단맛을 선호하지 않고 된맛을 선호한다($p<0.05$)(표 5). 이는 치아 건강과 관계 있으리라 본다. 성격이 급한 경우 극한적인 맛 또는 자극적인 맛을 선호하여 매운맛을 좋아하는 경향이 있었다(표 6). 연령과 관련된 식품 기호도를 보면 젊을수록 매운맛을 선호하였다(표 7). 나이 들수록 부드러운 음식을 좋아하였으나 진밥 선호 현상에는 유의성이 없었다. 젊을수록 편식이 많아 나이에 따른 식품 선호도 변화를 볼 수 있었다. 육류는 58.7%가 좋아한다고 나타났고, 채소류의 기호도는 73.6%가 좋아하거나 매우 좋아한다고 나타나 육류보다 채소류의 기호도가

높음을 알 수 있었다. 남녀에 따른 차이를 보면 남자들은 육류를 선호하나 여자는 육류보다는 채소류를 더 좋아하였다(표 8). 음식의 맛에 대하여 알아본 결과, 음식을 달게 먹는 것을 좋아한다고 답한 사람은 20.7%이고, 매운맛 음식을 좋아한다는 사람은 49.3%로 높게 나타났다.

부드러운 음식을 씹히는 감이 있는 음식을 좋아하는지에 대한 답은 그저 그렇다고 답을 한 사람은 45.7%이며, 좋아한다는 사람은 33.9%이다. 그리고 주로 음식을 가려먹지 않고 모두 잘 먹는다는 사람은 43.5%, 약간

표 20. 성별에 따른 성격, 심리상태

	남	여	계	빈도수(%)
약속 시간에 늦거나 일이 느리게 진행되는 것을 못참는다:				
전혀 그렇지 않다	9(2.5)	17(4.7)	26(7.2)	$X^2=2.531$
대체로 그렇지 않다	43(11.9)	48(13.2)	91(25.1)	$P=0.470^{NS}$
종종 그렇다	77(21.2)	85(23.4)	162(44.6)	
거의 늘 그렇다	44(12.1)	40(11.0)	84(23.1)	
즐을 서서 기다리는 것을 싫어한다:				
전혀 그렇지 않다	31(8.5)	45(12.4)	76(20.9)	$X^2=6.567$
대체로 그렇지 않다	65(17.9)	56(15.4)	121(33.3)	$P=0.087^{NS}$
종종 그렇다	48(13.2)	67(18.5)	115(31.7)	
거의 늘 그렇다	29(8.0)	22(6.1)	51(14.1)	
나의 일과 오락을 경쟁적으로 하려고 한다:				
전혀 그렇지 않다	34(9.4)	49(13.5)	83(22.9)	$X^2=2.365$
대체로 그렇지 않다	70(19.3)	75(20.7)	145(39.9)	$P=0.500^{NS}$
종종 그렇다	51(14.1)	51(14.1)	102(28.1)	
거의 늘 그렇다	18(5.0)	15(4.1)	33(9.1)	
일을 할 때 시간을 정해 놓고 강박적으로 한다:				
전혀 그렇지 않다	32(8.8)	33(9.1)	65(17.9)	$X^2=2.567$
대체로 그렇지 않다	78(21.5)	89(24.5)	167(46.0)	$P=0.463^{NS}$
종종 그렇다	51(14.1)	47(13.0)	98(27.0)	
거의 늘 그렇다	12(3.3)	21(5.8)	33(9.1)	
내가 하고 싶은 일이 다른 사람에 의해 좌우되는 것을 싫어한다:				
전혀 그렇지 않다	5(1.4)	11(3.0)	16(4.4)	$X^2=2.970$
대체로 그렇지 않다	29(8.0)	39(10.7)	68(18.7)	$P=0.396^{NS}$
종종 그렇다	79(21.8)	78(21.5)	157(43.3)	
거의 늘 그렇다	60(16.5)	62(17.1)	122(33.6)	
현실적으로 그럴 필요가 없을 때도 스스로를 몰아 세우는 편이다:				
전혀 그렇지 않다	38(10.5)	50(13.8)	88(24.2)	$X^2=3.443$
대체로 그렇지 않다	78(21.5)	77(21.2)	155(42.7)	$P=0.328^{NS}$
종종 그렇다	51(14.1)	50(13.8)	101(27.8)	
거의 늘 그렇다	6(1.7)	13(3.6)	19(5.2)	
계	173(47.7)	190(52.3)	363(100.0)	

NS: Not Significant.

가려 먹는다는 사람은 43.0%로 나타났다. 밥의 되기는 보통밥을 주로 좋아한다고 답한 사람이 63.4%로 가장 높게 나타났다(표 8).

IV. 요약 및 결론

한국 전통 음식인 주식류의 대표적인 죽은 매우 다양하고 격조 높은 음식으로 발달되었다. 한국 전통 음식인 죽에 대한 관심을 높이기 위하여 서울시와 경기도 일부 지역(평택시, 수원시에 거주하는 청소년과 성인들을 중심으로 죽에 관한 인식을 설문지법을 이용하여 조사하였다.

그 결과는 다음과 같이 요약할 수 있다. 성별, 연령,

건강, 성격에 따른 식습관, 죽에 대한 생각 등을 서로 살펴 본 결과 10대와 20대의 건강지수가 높았고, 성격, 심리 테스트에서는 남녀 모두 성격이 급한 사람이 성격이 급하지 않은 사람보다 높은 본포를 나타내었다. 성격 지수와 건강정도가 연령별로 유의차를 보여 나이가 젊을 수록 성격이 급하고 건강이 좋은 것으로 나타났다($p<0.01$). 죽의 용도로는 식사 대용과 별미식, 치료식으로 섭취되고 있음을 알 수 있었다. 인스턴트 죽을 선택할 때 맛과 영양가, 종류의 다양화와 간편성 등의 순으로 관심을 두어 인스턴트 죽 개발시 이 점을 고려해야 하겠다. 흰죽은 아침식사 대용으로, 팥죽과 호박죽은 간식과 별미식으로, 닭죽은 점심과 저녁에 보양식 및 식사 대용

으로 섭취하고 있었다. 죽에 관한 관심과 섭취는 연령, 성별에 따른 차이는 있었으나 성격, 건강과는 큰 상관없이 이루어짐을 알 수 있었다.

참고문헌

1. 이영남, 신민자, 김복남: 전통 음식의 현황에 관한 연구. 한국 식문화 학회지 6: 71-81(1991).
2. 양인선, 황춘선: 제주도 향토 음식에 관한 대학생의 인지도 및 기호도 조사연구. 한국식문화학회지 5: 317-330(1990).
3. 양미영, 손정우, 염초애: 전복죽과 오분자 죽의 재료 배합비가 기호도에 미치는 영향. 한국조리 과학회지 12: 353-360(1996).
4. 이승현, 장면숙: 잣의 첨가량에 따른 잣죽의 특성. 한국조리 과학회지 10: 99-103(1994).
5. 구난숙: 대전지역 대학생들의 한국 전통 음식에 대한 인식 및 기호도 조사. 한국 식생활 학 회지 10: 357-366(1995).
6. 황혜선, 손경희: 지역, 연령, 성별에 따른 식품선호도에 관한 연구. 한국식문화학회지 3: 177-185(1988).
7. 장현갑, 강성군 편저: 스트레스와 정신건강. 학지사 p. 144-151.
8. F. Kinder, Nancy R. Green, Nathoiyn Harris. Meal Management Sixth Edition. Macmillan, 1978.
9. 장은주, 이윤경, 이효지: 전통음식에 대한 의식과 식생활 행동에 관한 조사연구. 한국식생활문화학회지 11: 179-206(1996).
10. 오영주, 황인주, 고영환: 제주 전통 죽을 개량한 당근-해산물 스프의 개발. 한국조리과학회지 12: 331-338(1996).
11. 안명수: 밥, 죽의 문화. 한국 식문화학회지, 7: 195-202(1992).
12. 강인희: 한국의 맛. 대한 교과서 주식회사, p. 53-65(1987)

(1999년 10월 2일 접수)