

도서 지역 주부의 식생활 관리 태도에 영향을 미치는 요인*

- 한산도와 울릉도 지역을 중심으로 -

Determinants of Food Management Behavior of Housewives in Island Areas*

- Comparison between Hansan and Ullung Island -

대구대학교 생활과학대학 식품영양학과
교수 박영선

Dept. of Food and Nutrition Taegu University

Professor : Young Sun Park

◀ 목 차 ▶

- | | |
|--------------|-------------|
| I. 서론 | IV. 요약 및 제언 |
| II. 연구방법 | 참고문헌 |
| III. 결과 및 고찰 | |

<Abstract>

The purpose of this study was to identify food management behavior of housewives in island areas and to find if the behavior patterns were different between the regions, Hansan and Ullung island. An instrument based on previous researches was designed to measure food management behavior and was administered to 274 housewives in 1994 and 1998.

Considering the condition of cooking-equipment possession, the percentage of possession for refrigerator, mix, electric range were significantly higher for households in Hansan Island than their counterparts. For food-budget planning, those in Ullung Island were more likely to plan their budget than those in Hansan Island. Menu planning patterns, considerable factors for food selection as well as cooking, and eating habits between meals were turned out to be different between Hansan and Ullung areas.

The findings of this study suggest that the condition of cooking-equipment possession, food-budget and menu planning, considerable factors for food selection and cooking, eating habits between meals were likely to vary depending on regions. Although housewives in two areas were living in island, they were not necessarily be uniform for all households but were diversified in food management behavior.

* 본 연구는 대구대학교 1999년도 교내 연구지원에 의하여 수행되었음.

Half of the respondents in Hansan Island and three - forth of the respondents in Ullung Island reported they had not planned their meal budget. The percentage of those who did not have their planned menu was 52.7~54.1% in Hansan Island and 37.1~38.5% in Ullung Island. When purchasing food material, housewives in Hansan Island consider the seasoning food as the most important factor, whereas those in Ullung Island consider family preference as the most important factor

I. 서론

인간이 생활을 영위하기 위하여 필요한 기본적인 것으로는 의·식·주 및 가족생활이 있는데, 그 중에 식생활은 인간의 욕구 중에서도 생명현상과 직결되는 가장 기본적이고 본능적인 욕구이며 또한 연속적이어서 인간의 건강유지에 필수 불가결한 요인이다. 따라서 각 가정의 가족 구성원들의 건강을 책임지고 있는 식생활 관리자인 주부는 식생활 관리에 대한 올바른 가치관, 지식 및 이해를 가지고 식사에 대한 바람직한 의사결정을 내리고 그것을 실천해야 한다. 즉 식단작성, 식품선택 및 구입 식품 조리, 상차림 및 대접하기, 뒷처리, 부엌 및 기계·기구관리, 식당과 그 설비관리 등 식사와 관련된 모든 것¹⁾을 각 가정의 예산에 맞추어 식생활 관리자의 지식·기술·능력을 발휘하여 합리적으로 식생활 관리를 실행하고 관리해야 하므로 각 가정 구성원들의 건강은 식생활 관리자의 식생활에 대한 올바른 이해 및 태도, 운영 방식에 따라 좌우된다고 할 수 있다.

우리 나라는 근년에 접어들면서 고도의 경제 발전과 산업화·도시화 및 국제 문화교류 등에 의한 사회 생활의 변화에 편승해서 식생활 환경이 크게 변화하고 그에 따라 우리 국민의 식생활에 대한 가치관과 식생활 패턴에도 많은 변화를 초래하였다.

서구식 식사 양식의 무절제한 도입은 가공식품의 남용과 식사의 편의성·간편성·영양성만 요구하는 형태(서구의 인스턴트 식품과 패스트 푸드)로 바뀌면서 이를 선호하여 식사 대응으로 하고, 또 육류소비의 증가로 인한 고지방·고단백·고칼로리의 식사로 인하여 영양 불균형을 가져오게 되었다. 또한 현대 생활 문화는 기계화·자동화로 인한 운동부족, 결식, 편식, 간식, 야식 등 불규칙한 식생활 습관을 가져오게 되어 여러 가지 식원병을 초래하였다. 즉

고혈압, 동맥경화증, 뇌졸중, 당뇨병 및 비만 등 선진국형 성인병의 발병율이 급증하고 점차 발병 연령이 낮아지고 있다. 이와 같은 추세는 앞으로 우리 식단의 심각한 문제점으로 대두되고 있다. 왜냐하면 길들여진 식습관은 바꾸기 어렵고 현대의 질병들은 그릇된 식습관에서 기인되기 때문이다. 좋은 식습관은 질병의 예방 및 치료를 가능하게 한다²⁾. 그러므로 식생활 관리자로서의 주부의 바람직한 역할 수행이 매우 강조되고 있는 실정이다.

식생활 관리 실태의 개선에 관한 선행 연구로는 도시 지역^{3~9)}에 관한 것은 많이 보고되어 있으나 도서지역에 관한 연구는 거의 없을 뿐만 아니라 특히 도서 지역을 비교 연구한 조사는 전무한 상태이다. 도서 지역은 그 지역마다 사회적, 경제적, 문화적 환경이 다르기 때문에 식생활 관리 태도에도 차이가 있을 것으로 간주하였다. 따라서 본 연구는 울릉도와 한산도 지역의 주부들을 대상으로 식생활 관리 태도에 관하여 조사·검토하고 이를 사회인구학적 특성과 비교 분석함으로써 문제점을 파악하여 이 지역의 바람직한 식생활 관리의 향상을 모색하는데 기여하고자 한다.

II. 연구방법

1. 조사 대상 및 기간

조사 대상은 한산도(입정표, 창동, 의암, 야소, 진두, 호두 및 용초동)와 울릉도(남양동, 사동, 저동, 도동, 천부동 및 현포동)에 거주하는 주부들 중 임의로 각각 112명과 162명을 조사대상자로 선정하였다. 자료 수집은 1992년 6월 24일부터 6월 27일, 1993년 6월 18일부터 6월 21일, 1998년 5월 21일부터 5월 23일에 걸쳐서 실시하였다. 조사하는 기간 동안 이

들 지역에는 문화적 다양성이 뚜렷하게 나타나지 않았으며 식생활 관리에 대한 태도나 인식에 있어서도 급변화를 감지할 수 없었다.

2. 조사 내용 및 분석방법

본 조사의 설문지 유형은 크게 세 부문으로 구성하였다. 첫째, 조사 대상자의 사회 인구학적인 특성으로 가장의 직업, 가계의 월소득, 주부의 직업 유무·교육수준·연령 및 고향, 가족수, 가족의 형태 등으로 구성하였으며 둘째, 식생활 설비 실태는 주거의 형태, 주방의 구조, 취사연료 및 조리 기구의 보유 현황을 내용으로 하였으며 셋째, 식생활 관리 태도에 대해서는 식생활비 예산계획, 식품선택시 고려요인 및 식사 준비시 고려 요인 등으로 구성하였다. 이와 같은 사항이 수록된 설문지를 사용하여 주부들과 직접 면담을 통하여 조사하였다. 수집된 자료 중 통계처리가 가능한 162부(울릉도), 112부(한산도)에 대하여 관련된 문항들을 기술통계(descriptive statistics)로 빈도와 백분율을 산출하였고, 집단간 비교는 X^2 검증을 적용하였으며, 이를 인구통계학적 변인들과의 관계를 분석하였다.

났다. 주부의 교육 수준은 초등졸(한산도 : 40.5%, 울릉도 : 37.8%)이 두 지역에서 다 같이 가장 높은 비율을 보였으며 특히 무학의 경우 울릉도는 한 명도 없었으나 한산도는 35.1%의 수치를 보여 지역간에 큰 차이를 보였다. 조사 대상자의 연령 분포는 두 지역에서 다 같이 가장 높은 수치인 집단은 51세 이상(한산도 : 52.7%, 울릉도 : 34.0%)이었으며 다음이 31~40세(한산도 : 22.3%, 울릉도 : 30.9%), 41~50세 및 30세 이하의 순으로 그 비율이 감소세를 보여 젊은 사람들의 도시 이주 현상이 높음을 예측할 수 있었다. '가족수'의 경우 한산도는 5인 이상(42.9%), 울릉도는 3~4인(51.3%)이 가장 높은 수치 분포를 기록하였으며, 가족의 형태는 두 지역 모두 핵가족(한산도 : 75.5%, 울릉도 : 90.7%)이 가장 높은 비율이었다. '주부의 고향'은 본 고향이 가장 높은 분포를 보였는데 한산도 지역이 56.3%, 울릉도 지역이 66.9%를 차지하였다. '결혼 경과 년수'(한산도 : 41년 이상, 24.1%, 울릉도 : 10년 이하, 26.7%)에 있어서 한산도의 경우 결혼 년수가 증가할수록 비율이 증가한 반면 울릉도의 경우는 결혼 년수가 증가할수록 비율 분포가 감소하여 두 지역간에 반대의 현상을 나타내었다.

III. 결과 및 고찰

1. 조사 대상자의 사회 인구학적 특성

조사 대상자의 사회 인구학적 특성은 <표 1>과 같았다. 가장의 직업은 두 지역 모두 어업(한산도 : 45.5%, 울릉도 : 35.6%)이 가장 높은 비율을 차지하였으며 한산도가 울릉도의 약 1.3배이었다. 가계의 월소득에 있어서 가장 높은 분포는 한산도가 20만원 이하(31.3%), 울릉도가 61~80만원(29.1%)이었다. 한산도의 경우 소득 수준이 낮은 계층에 밀집되어 있는 경향이므로 두 지역간에 차이가 나는 것으로 파악되었다. 주부의 직업 유무를 살펴보면 두 지역 모두 전업 주부(한산도 : 74.1%, 울릉도 : 72.8%)가 직업을 가지고 있는 주부의 약 3배 정도 높게 나타

2. 식생활 설비 실태

1) 주거의 형태, 주방의 구조 및 취사 연료

한산도 및 울릉도 지역의 주거 형태, 주방의 구조 및 사용하고 있는 취사 연료는 <표 2>와 같다. 주거의 형태는 한산도의 경우 반양옥이 43.8%로 가장 높은 비율 분포이며 다음이 한옥(37.4%)으로 나타났다. 울릉도는 한옥이 48.4%로 가장 높은 비율을 차지하였으며 다음이 반양옥(37.0%)이 차지하여 두 지역이 차이를 보였다. 그리고 가장 낮은 비율은 두 지역 모두 아파트로 나타났다. '주방의 구조'는 두 지역 모두 입식이 가장 높은 수치를 기록하였는데 한산도(61.6%)가 울릉도(47.8%)의 약 1.3배이었고 재래식도 울릉도(34.8%)가 한산도(23.2%)의 1.5배이었으며 절충식은 비슷한 경향이였다. 이와 같은 결과는 울릉도 지역의 경우 가사 작업인의 인체적, 능력

〈표 1〉 조사대상자의 일반적 특성

N=274

변 인	구 분	한 산 도	울 릅 도	계
		빈도* 백분율(%)	빈도* 백분율(%)	빈도* 백분율(%)**
가장의 직업	농업	25 (22.3)	28 (17.5)	53 (19.5)
	어업	51 (45.6)	57 (35.6)	108 (39.7)
	봉급자	13 (11.6)	33 (20.6)	46 (16.9)
	상업 및 기타	23 (20.5)	42 (26.3)	65 (23.9)
	계	112 (100.0)	160 (100.0)	272 (100.0)
가계의 월소득	20만원 이하	35 (31.3)	16 (10.1)	51 (18.9)
	21-40만원	12 (10.7)	20 (12.6)	32 (11.9)
	41-60만원	22 (19.6)	38 (24.1)	60 (22.2)
	61-80만원	14 (12.5)	46 (29.1)	60 (22.2)
	81만원 이상	29 (25.9)	38 (24.1)	67 (24.8)
	계	112 (100.0)	158 (100.0)	270 (100.0)
주부의 직업유무	유	29 (25.9)	43 (27.2)	72 (26.7)
	무	83 (74.1)	115 (72.8)	198 (73.3)
	계	112 (100.0)	158 (100.0)	270 (100.0)
주부의 교육수준	무학	39 (35.1)	0 (0.0)	39 (14.6)
	국졸	45 (40.6)	59 (37.8)	104 (39.0)
	중졸	16 (14.4)	49 (31.4)	65 (24.3)
	고졸 이상	11 (9.9)	48 (30.8)	59 (22.1)
	계	111 (100.0)	156 (100.0)	267 (100.0)
주부의 연령	30세 이하	5 (4.5)	21 (13.0)	26 (9.5)
	31-40세	25 (22.3)	50 (30.9)	75 (27.4)
	41-50세	23 (20.5)	36 (22.1)	59 (21.5)
	51세 이상	59 (52.7)	55 (34.0)	114 (41.6)
	계	112 (100.0)	162 (100.0)	274 (100.0)
가족수	1-2인	34 (30.3)	37 (22.8)	71 (25.9)
	3-4인	30 (26.8)	83 (51.3)	113 (41.2)
	5인 이상	48 (42.9)	42 (25.9)	90 (32.9)
	계	112 (100.0)	162 (100.0)	274 (100.0)
가족형태	핵가족	83 (75.5)	146 (90.7)	229 (84.5)
	시댁동거	27 (24.5)	15 (9.3)	42 (15.5)
	계	110 (100.0)	161 (100.0)	271 (100.0)
주부의 고향	한산도	63 (56.3)		63 (23.2)
	한산도의 기타	49 (43.7)		49 (18.0)
	울릉도		107 (66.9)	107 (39.3)
	울릉도의 기타		53 (33.1)	53 (19.5)
	계	112 (100.0)	160 (100.0)	272 (100.0)
결혼경과년수	10년 이하	15 (13.4)	43 (26.7)	58 (21.3)
	11-20년	22 (19.7)	40 (24.8)	62 (22.7)
	21-30년	24 (21.4)	38 (23.6)	62 (22.7)
	31-40년	24 (21.4)	28 (17.4)	52 (19.0)
	41년 이상	27 (24.1)	12 (7.5)	39 (14.3)
	계	112 (100.0)	161 (100.0)	273 (100.0)

* 사례수가 다른 것은 결측치(missing data) 때문임.

** 이하 백분율은 전체 빈도 274명을 기준으로 한 백분율임.

〈표 2〉 주거의 형태, 주방의 구조 및 취사 연료

N=274

변 인	구 분	한 산 도	울 립 도	계
		빈도(백분율)	빈도(백분율)	빈도(백분율)
주거의 형태	아파트	2(1.8)	4(2.5)	6(2.2)
	양옥	15(13.4)	14(8.9)	29(10.8)
	반양옥	49(43.8)	58(37.0)	107(39.8)
	한옥	42(37.4)	76(48.4)	118(43.9)
	기타	4(3.6)	5(3.2)	9(3.3)
	계	112(100.0)	157(100.0)	269(100.0)
주방의 구조	입식	69(61.6)	77(47.8)	146(53.5)
	절충식	17(15.2)	28(17.4)	45(16.5)
	재래식	26(23.2)	56(34.8)	82(30.0)
	계	112(100.0)	161(100.0)	273(100.0)
취사연료	연탄	6(5.4)	46(28.7)	52(19.1)
	전기	3(2.6)	5(3.1)	8(2.9)
	석유	6(5.4)	16(10.0)	22(8.1)
	가스	86(76.8)	82(51.3)	168(61.8)
	장작	11(9.8)	11(6.9)	22(8.1)
	계	112(100.0)	160(100.0)	272(100.0)

적, 위생적인 측면을 고려하여 주방의 구조가 개선되어야 하겠다. 취사 연료는 두 지역에서 가스(한산도 : 76.8%, 울릉도 : 51.3%)가 가장 높은 비율 분포를 보였는데 한산도가 울릉도의 약 1.5배에 해당하였다. 이와 같이 가스의 사용이 높은 비중을 차지한 것은 생활 수준의 향상, 도서 지역의 특수성으로 공급 과정의 어려운 점과 수송비용, 편리함 및 위생적인 면 등으로 인하여 연료의 패턴이 바뀌고 있음을 짐작할 수 있었다. 연탄의 사용은 한산도가 울릉도(28.8%)의 1/5정도로 두 지역간에 큰 차이를 보였다.

2) 조리 기구의 보유 실태

이들 두 섬 지역의 조리 기구 보유 실태는 〈표 3〉과 같다. 보유하고 있는 조리 기구 중 가장 높은 비율을 보인 것은 한산도는 냉장고(100.0%), 전기밥솥(93.8%), 보온밥통(88.4%), 전기믹서(74.1%), 전기 후라이팬(72.3%), 커피포트(32.1%)의 순이었고 울릉도는 전기밥솥(98.1%), 냉장고(97.5%), 보온밥통(83.1%), 전기 후라이팬(55.0%), 커피포트(53.8%), 믹서(44.4%)의 순으로 그 비율이 감소세를 보여 두 지역간에 순위에 약간의 차이를 보였다.

〈표 3〉 조리 기구의 보유 실태

N=274

조리기구의 종류	한 산 도	울 립 도	계
	빈도(백분율)	빈도(백분율)	빈도(백분율)
냉장고	112(100.0)	156(97.5)	268(98.5)
전기밥솥	105(93.8)	157(98.1)	262(96.3)
전기후라이팬	81(72.3)	88(55.0)	169(62.1)
믹서	83 (74.1)	71(44.4)	154(56.6)
오븐	7(6.3)	20(12.5)	27(9.9)
전자렌지	21(18.8)	24(15.0)	45(16.5)
커피포트	36 (32.1)	86(53.8)	122(44.9)
토스터	2 (1.8)	5(3.1)	7(2.6)
고압솥	35 (31.3)	56(35.0)	91(33.5)
보온밥통	99 (88.4)	133(83.1)	232(85.3)

* 빈도는 조사대상자 274명이 보유하고 있는 조리기구, 계량기구를 수에 관계없이 응답한 수치임.

3. 식생활 관리 실태

1) 식생활비 예산 계획

각 가정의 식생활비는 한계가 있으므로 식품의 선정, 구입 방법 및 영양적·미각적·기호적인 조리 방법을 고려하여 식생활을 계획적으로 이끌어가야 가족의 영양 공급을 충실히 할 수 있는 효과를 거

둘 수 있다.

한산도와 울릉도의 주부들을 대상으로 식생활비 예산 계획에 대하여 조사·비교한 결과 <표 4>와 같다. 두 지역의 식생활비 예산 계획에 있어서 유의적인 상관관계가 있는 변인은 가정의 직업($P < 0.001$), 가계의 월소득($P < 0.05$), 주부의 교육 수준($P < 0.001$), 주부의 연령($P < 0.001$), 가족수($P < 0.01$), 주부의 고향($P < 0.01$) 및 결혼 경과 년수($P < 0.001$)이었으며 그 외의 변인인 주부의 직업 유무와 가족 형태는 유의적인 차이가 없는 것으로 나타났다. 유 등³⁾의 조사에서 연령, 월수입이 유의성을 보인 것과 직업 및 가족의 형태에서 유의적인 차이를 보이지 않은 것은 같은 경향이었으나 교육 수준에서 유의성이 없는 것은 차이를 보였다.

한산도와 울릉도 지역 식생활비 예산 계획 현황을 사회 인구학적인 배경 요인에 따라 세부 항목별로 비교해 보면 '예산을 세우지 않고 되는 대로 쓴다'의 경우 가정의 직업은 두 지역에서 어업(한산도: 34.8%, 울릉도: 22.2%)이 가장 높았으며 한산도가 울릉도의 약 1.6배이었다. 가계의 월소득에 있어서 한산도는 20만원 이하(29.5%)가 가장 높은 비율이었으며 이는 41~60만원 집단의 2.2배, 81만원 집단의 1.6배에 해당하였다. 울릉도의 경우는 20만원 이하(7.1%)가 가장 낮은 비율을 차지하였으며 소득이 높을수록 그 비율이 증가세를 보여 소득이 높아질수록 되는 대로 무계획적으로 쓰고 있는 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 유⁸⁾와는 비슷한 경향을 보였으나 유와 노³⁾, 이⁹⁾와는 차이를 나타냈다. 그리고 한산도와 울릉도 두 지역간에도 차이를 보였다. 주부의 교육수준을 보면 두 지역 모두 학력이 낮을수록 예산을 세우지 않고 되는 대로 쓰는 것으로 파악되었다. 그런데 한산도는 무학과 초등졸(각각 34.2%와 30.6%)이 64% 차지한 반면 울릉도는 무학의 응답자가 없었으며 초등졸이 28.6%로 가장 높았는데 서울 지역³⁾의 경우도 초등졸이 가장 높은 비율을 차지하였으나 김⁷⁾은 대졸이 가장 높게 나타났다. 그리고 본 연구 조사 대상자의 경우 학력 수준은 울릉도가 더 높은 경향을 나타냈다. 조사 대상자의 연령은 두 지역 다 같이 51세 이상(한산도: 48.2%

%, 울릉도: 28.1%)이 가장 식생활비 예산을 세우지 않는 집단으로 나타났으며 그 비율 분포는 울릉도가 한산도의 약 3/5에 불과하였으며, 두 지역 모두 연령이 낮을수록 그 비율이 감소하였다. 이와 같은 경향은 유⁸⁾, 이⁹⁾와 같은 결과를 나타냈으나 김⁷⁾과는 차이를 보였다. 가족수의 경우 가장 높은 비율 분포는 한산도의 경우는 5인 이상(38.6%), 울릉도는 3~4인(23.1%)이었으며, 주부의 고향은 두 지역에서 분고장(한산도: 48.2%, 울릉도: 38.5%)이 높은 수치를 기록하여 주부의 고향이 본 고장인 경우가 보다 식생활비를 계획성 없이 되는 대로 쓰고 있는 것으로 파악되었다. 변인 결혼 경과 년수는 한산도의 경우 결혼 년수가 높을수록 무계획적인 식 생활비 예산 집행 비율이 증가하였으며 41년 이상이 가장 낮은 비율이었다.

'예산을 세우지 않고 되는 대로 쓴다'의 경우 전 변인을 통해서 한산도는 74.1~75.5%의 범위에었고 울릉도는 53.1~53.8%의 범위로 나타났다. 따라서 한산도 지역의 주부들이 울릉도 지역 주부들보다 식생활비를 1.4배나 더 무계획적으로 집행하고 있는 것으로 파악되었다. 같은 도서 지역인 제주도 거주 주부를 대상으로 한 고¹⁰⁾와 서울 거주 주부를 대상으로 조사한 김⁷⁾과 이들 섬 지역과는 비율 분포에 있어서 현격한 차이를 보였다.

'예산은 세우나 계획대로 실행이 안된다'는 항목의 전반적인 경향을 살펴보면 전 변인을 통해서 한산도는 낮은 비율을 기록하여 12.7~14.4%의 분포이었으며, 울릉도는 24.4~25.6% 범위로 나타나 두 지역 모두 김⁷⁾보다는 낮은 수치이었다. '주식비만 예산을 세우고 부식은 적당히 구입한다'의 경우도 변인들의 값이 낮은 비율이었는데 한산도가 6.3~6.4%의 범위이고 울릉도가 7.5~8.3%의 범위로 나타나 서울 지역⁷⁾의 4.6%보다는 월등히 낮은 수치이었다. "예산을 세워서 실행 한다"에서는 한산도의 비율 범위는 4.5~5.5%이었고 울릉도의 비율은 12.2~13.9%로서 울릉도의 경우 김⁷⁾이 보고한 수치와 비슷한 경향이였다.

이상의 결과에서 한산도와 울릉도 지역에 있어서 식생활비 예산 계획에 대한 각 변인에 대한 전반적

<표 4> 식생활비 예산 계획

변인	구분	식생활비의 예산 계획								계 ³⁾	x ² -value
		예산은 세워져 실행한다		주식비만 예산을 세우고 부식은 적당히 구입한다		예산은 세우나 계획대로 실행이 안된다		예산은 세우지 않고 되는대로 쓴다			
		한산도 ¹⁾ 빈도(%)	울릉도 ²⁾ 빈도(%)	한산도 빈도(%)	울릉도 빈도(%)	한산도 빈도(%)	울릉도 빈도(%)	한산도 빈도(%)	울릉도 빈도(%)		
가장의 직업	농업	1(0.9)	1(0.6)	2(1.8)	2(1.3)	0(0.0)	6(3.8)	22(19.6)	18(11.4)	52(19.3)	37.85***
	어업	1(0.9)	5(3.2)	2(1.8)	4(2.5)	9(8.0)	13(8.2)	39(34.8)	35(22.2)	108(40.0)	
	봉급자 상업 및 기타	0(0.0)	7(4.4)	3(2.7)	4(2.5)	6(5.4)	12(7.6)	4(3.6)	10(6.3)	46(17.0)	
	계	6(5.4)	22(13.9)	7(6.3)	13(8.2)	16(14.3)	39(24.7)	83(74.1)	84(53.2)	270(100.0)	
	가계의 월소득	20만원 이하	1(0.9)	1(0.6)	0(0.0)	1(0.6)	1(0.9)	2(1.3)	33(29.5)	11(7.1)	
21-40만원		2(1.8)	1(0.6)	1(0.9)	1(0.6)	1(0.9)	4(2.6)	8(7.1)	14(9.0)	32(11.9)	
41-60만원		0(0.0)	7(4.5)	1(0.9)	4(2.6)	6(5.4)	9(5.8)	15(13.4)	17(10.9)	59(22.0)	
61-80만원		0(0.0)	7(4.5)	2(1.8)	6(3.8)	5(4.5)	12(7.7)	7(6.3)	21(13.5)	60(22.4)	
81만원 이상		3(2.7)	5(3.2)	3(2.7)	1(0.6)	3(2.7)	11(7.1)	20(17.9)	21(13.5)	67(25.0)	
계	6(5.4)	21(13.5)	7(6.3)	3(8.3)	16(14.3)	38(24.4)	83(74.1)	84(53.8)	268(100.0)		
주부의 직업 유무	유	2(1.8)	4(2.6)	2(1.8)	3(1.9)	4(3.6)	10(6.4)	21(18.8)	24(15.4)	70(26.1)	0.17
	무	4(3.6)	15(9.6)	5(4.5)	10(6.4)	12(10.7)	30(19.2)	62(55.4)	60(38.5)	198(73.9)	
계	6(5.4)	19(12.2)	7(6.3)	13(8.3)	16(14.3)	40(25.6)	83(74.1)	84(53.8)	268(100.0)		
주부의 교육 수준	무학	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	1(0.9)	0(0.0)	38(34.2)	0(0.0)	39(14.7)	63.30***
	국졸	3(2.7)	3(1.9)	3(2.7)	3(1.9)	5(4.5)	9(5.8)	34(30.6)	44(28.6)	104(39.2)	
	중졸	0(0.0)	6(3.9)	3(2.7)	4(2.6)	5(4.5)	13(8.4)	8(7.2)	24(15.6)	63(23.8)	
	고졸 이상	2(1.8)	12(7.8)	1(0.9)	5(3.2)	5(4.5)	17(11.0)	3(2.7)	14(9.1)	59(22.3)	
	계	5(4.5)	21(13.6)	7(6.3)	12(7.8)	16(14.4)	39(25.3)	83(74.8)	82(53.2)	265(100.0)	
주부의 연령	30세 이하	0(0.0)	7(4.4)	2(1.8)	4(2.5)	2(1.8)	5(3.1)	1(0.9)	5(3.1)	26(9.6)	79.27***
	31-40세	2(1.8)	9(5.6)	4(3.6)	4(2.5)	9(8.0)	20(12.5)	10(8.9)	16(10.0)	74(27.2)	
	41-50세	1(0.9)	4(2.5)	1(0.9)	2(1.3)	3(2.7)	11(6.9)	18(16.1)	19(11.9)	59(21.7)	
	51세 이상	3(2.7)	2(1.3)	0(0.0)	3(1.9)	2(1.8)	4(2.5)	54(48.2)	45(28.1)	113(41.5)	
	계	6(5.4)	22(13.8)	7(6.3)	13(8.1)	16(14.3)	40(25.0)	83(74.1)	85(53.1)	272(100.0)	
가족수	1-2인	2(1.8)	3(1.9)	1(0.9)	3(1.9)	1(0.9)	4(2.5)	30(26.8)	27(16.9)	71(26.1)	19.38**
	3-4인	2(1.8)	15(9.4)	2(1.8)	7(4.4)	5(4.5)	22(13.8)	21(18.8)	37(23.1)	111(40.8)	
	5인 이상	2(1.8)	4(2.5)	4(3.6)	3(1.9)	10(8.9)	14(8.8)	32(28.6)	21(13.1)	90(33.1)	
	계	6(5.4)	22(13.8)	7(6.3)	13(8.1)	16(14.3)	40(25.0)	83(74.1)	85(53.1)	272(100.0)	
가족 형태	핵가족	5(4.5)	19(11.9)	4(3.6)	9(5.7)	9(8.2)	36(22.6)	65(59.1)	81(50.9)	228(84.8)	4.63
	시댁동거	1(0.9)	3(1.9)	3(2.7)	3(1.9)	5(4.5)	4(2.5)	18(16.4)	4(2.5)	41(15.2)	
	계	6(5.5)	22(13.8)	7(6.4)	12(7.5)	14(12.7)	40(25.2)	83(75.5)	85(53.5)	269(100.0)	
주부의 고향	한산도	4(3.6)		2(1.8)		3(2.7)		54(48.2)		63(23.3)	26.46**
	한산도외 기타	2(1.8)		5(4.5)		13(11.6)		29(25.9)		49(18.1)	
	울릉도		13(8.2)		7(4.4)		24(15.2)		61(38.6)	105(38.9)	
	울릉도외 기타		8(5.1)		5(3.2)		16(10.1)		24(15.2)	53(19.6)	
계	6(5.4)	21(13.3)	7(6.3)	12(7.6)	16(14.3)	40(25.3)	83(74.1)	85(53.8)	270(100.0)		
결혼 과수	10년 이하	1(0.9)	11(6.9)	2(1.8)	5(3.1)	8(7.1)	14(8.8)	4(3.6)	13(8.2)	58(21.4)	74.84***
	11-20년	0(0.0)	7(4.3)	5(4.5)	4(2.5)	4(3.6)	14(8.8)	13(11.6)	14(8.8)	61(22.5)	
	21-30년	2(1.8)	3(1.9)	0(0.0)	0(0.0)	3(2.7)	11(6.9)	19(17.0)	24(15.1)	62(22.9)	
	31-40년	1(0.9)	1(0.6)	0(0.0)	3(1.9)	0(0.0)	0(0.0)	23(20.5)	24(15.1)	52(19.2)	
	41년 이상	2(1.8)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	1(0.9)	1(0.6)	24(21.4)	10(6.3)	38(14.0)	
계	6(5.4)	22(13.8)	7(6.3)	2(7.5)	16(14.3)	40(25.2)	83(74.1)	85(53.5)	271(100.0)		

*p<0,05 **p<001 ***p<0,001

1), 2) 한산도는 112명, 울릉도는 162명이 식생활비 예산 계획 각 항목에 대하여 응답한 비율

3) 계는 한산도와 울릉도 전체에 대한 백분율

인 경향은 '예산을 세우지 않고 되는 대로 쓴다'가 조사 대상자의 교육 수준($P < 0.001$)이 낮고 연령($P < 0.001$)이 높은 집단에서 무계획적으로 예산을 집행하는 것으로 파악되었다. 그 비율에 있어서 유와 노³⁾, 김⁷⁾, 유⁸⁾, 이⁹⁾ 및 고¹¹⁾의 9.8~34.6%의 범위보다 매우 높은 범위의 비율(한산도: 74.1~75.5%, 울릉도: 53.1~53.8%)을 나타내었다. 다음이 '예산을 세우나 계획대로 실행이 안된다'의 경우 한산도(25.2%)가 울릉도(14.3%)의 약 1.8배이었으며 결혼년수($P < 0.001$)가 낮을수록 계획 대로 식생활비 예산을 실행하지 않는 비율이 높았다. 그리고 울릉도의 경우는 가계의 수입($P < 0.005$)이 많고 교육 수준($P < 0.001$)이 높을수록 식생활비 예산을 계획대로 실행하지 않는 것으로 나타났다. '주식비만 예산을 세우고 부식은 적당히 구입한다'와 '예산은 세워서 실행한다'의 항목은 두 지역이 각각 6.3~8.3%와 4.5~13.9%의 범위를 기록하였다.

2) 식단 계획

한가지 식품에 모든 영양소가 함유된 것은 없으므로 여러 가지 식품 조합(food combination)을 해야만 균형된 영양소를 섭취하게 된다. 식단이란 이와 같이 균형된 영양 섭취를 위하여 식사 계획을 세우는 것으로서, 어떤 식품을 선택하고 어느 정도의 분량을 공급해야 하며 어떤 방법으로 조리해야 하는가 하는 식생활 계획에 있어서 가장 구체적이고도 필수적인 것이다.

〈표 5〉는 한산도와 울릉도 거주 주부들이 식단 계획을 어떻게 실행하고 있는가를 비교·분석한 결과이다. 이들 두 섬 지역의 식단 계획에 있어서 유의성이 있는 변인은 가장의 직업($P < 0.01$), 주부의 교육수준($P < 0.001$), 주부의 연령($P < 0.05$), 가족수($P < 0.01$), 주부의 고향($P < 0.05$) 및 결혼 경과 년수($P < 0.05$)이었으며 가계의 월소득, 주부의 직업 유무 및 가족의 형태는 영향을 미치지 않는 변인으로 나타났다. 이는 전북⁴⁾, 부산⁵⁾, 서울⁷⁾, 11), 울산¹²⁾ 및 서울·대전·광주·부산¹³⁾의 지역의 조사에서 주부의 교육 수준 및 주부의 연령⁴⁾, 8), 13)에서 유의성을 보였다는 선행 연구 결과들과 일치하였으며 주부의

취업 유무에 따라 식단 계획에 유의적인 차이를 보였다고 보고한 김¹²⁾, 손 등¹³⁾의 연구결과와는 차이를 보였다.

한산도와 울릉도의 식단 계획을 사회 인구학적 특성에 따른 현황을 하위 영역별로 비교해 보면 '시장에 가서 적당히 구입한다'라고 답하여 식단 계획을 하지 않는 경우 가장의 직업은 두 지역에서 어업이 가장 높았는데 한산도(25.0%)가 울릉도(18.2%)의 약 1.4배이었다. 주부의 교육 수준은 두 지역에서 초등졸 이하가 가장 높은 비율 분포를 보였는데 이와 같은 경향은 중졸 이상에 높은 비율을 보인김⁷⁾의 조사와는 차이를 나타냈으며, 한산도(43.2%)가 울릉도(18.0%)의 2.4배이었다. 특히 한산도의 경우 교육 수준이 높을수록 계획성 없이 식단을 운영하는 비율이 감소하는 경향이었는데 이는 전북⁴⁾, 부산⁵⁾, 서울⁷⁾, 울산¹²⁾ 및 서울·대전·광주·부산 지역¹³⁾의 보고에서는 학력이 높아질수록 무계획적인 식단의 비율이 증가하다가 대졸 이상에서 감소하여 차이를 보여주었다. 주부의 연령은 두 지역에서 다 같이 51세 이상이 가장 식단 계획을 하지 않는 것으로 파악되었으며, 한산 지역(33.9%)이 울릉 지역(15.9%)의 2.1배이었다.

한산도는 연령이 높을수록 계획성 없는 식단 비율이 증가하였는데, 이것은 부산 지역⁵⁾과 같은 경향을 보여 주었다. 상황 변인인 가족수의 경우 한산도는 5인 이상(22.3%)의 집단에서 무계획적 식단이 가장 높은 수치를 차지하였고 3~4인이 가장 낮은 수치였는데 울릉도는 반대로 3~4인(15.9%)이 가장 높았고 5인 이상이 가장 낮은 비율을 기록하여 대조를 보였다. 주부의 고향에 있어서 두 지역 모두 본 고향(한산도: 32.1%, 울릉도: 22.4%) 집단이 되는대로 식단을 운영하고 있는 비율이 높게 나타났다. 결혼 경과 년수의 경우 한산도는 결혼 년수가 높은 쪽이, 울릉도는 낮은 쪽이 계획성 없이 시장에 가서 적당히 구입하는 것으로 나타났다.

'매일 아침 식단'을 작성하는 항목에 있어서 가장의 직업은 한산도는 어업(15.2%)이, 울릉도는 상업 및 기타(13.3%)가 높았으며 주부의 교육 수준은 한산도는 초등졸 이하(15.3%)가, 울릉도는 중졸(16.5

<표 5> 식단 계획

변인	구분	식단 계획									χ ²
		매일 아침 식단을 작성		계절별로 식단을 작성		시장가지 전에 식단을 작성		시장에 가서 적당히 구입		계 ³⁾	
		한산도 ¹⁾	울릉도 ²⁾	한산도	울릉도	한산도	울릉도	한산도	울릉도	빈도(%)	
		빈도(%)	빈도(%)	빈도(%)	빈도(%)	빈도(%)	빈도(%)	빈도(%)	빈도(%)	빈도(%)	
가장의 직업	농업	1(0.9)	7(4.9)	4(3.6)	4(2.8)	4(3.6)	7(4.9)	16(14.3)	5(3.5)	48(18.8)	25.68***
	어업	17(15.2)	15(10.5)	1(0.9)	2(1.4)	5(4.5)	7(4.9)	28(25.0)	26(18.2)	101(39.6)	
	봉급자	3(2.7)	11(7.7)	3(2.7)	0(0.0)	5(4.5)	10(7.0)	2(1.8)	10(7.0)	44(17.3)	
	상업 및 기타	3(2.7)	19(13.3)	1(0.9)	3(2.1)	7(6.3)	5(3.5)	12(10.7)	12(8.4)	62(24.3)	
	계	24(21.4)	52(36.4)	9(8.0)	9(6.3)	21(18.8)	29(20.3)	58(51.8)	53(37.1)	255(100.0)	
가계의 월소득	20만원 이하	5(4.5)	4(2.8)	4(3.6)	2(1.4)	5(4.5)	1(0.7)	21(18.8)	8(5.7)	50(19.8)	17.80
	21-40만원	2(1.8)	5(3.5)	1(0.9)	0(0.0)	4(3.6)	4(2.8)	5(4.5)	10(7.1)	31(12.3)	
	41-60만원	7(6.3)	15(10.6)	1(0.9)	0(0.0)	4(3.6)	9(6.4)	10(8.9)	8(5.7)	54(21.3)	
	61-80만원	4(3.6)	14(9.9)	2(1.8)	3(2.1)	4(3.6)	8(5.7)	4(3.6)	16(11.3)	55(21.7)	
	81만원 이상	6(5.4)	11(7.8)	1(0.9)	4(2.8)	4(3.6)	7(5.0)	18(16.1)	12(8.5)	63(24.9)	
계	24(21.4)	49(34.8)	9(8.0)	9(6.4)	21(18.8)	29(20.6)	58(51.8)	54(38.3)	253(100.0)		
주부의 직업	유무	5(4.5)	12(8.5)	3(2.7)	4(2.8)	8(7.1)	7(5.0)	13(11.6)	16(11.3)	68(26.9)	2.10
	유무	19(17.0)	37(26.2)	6(5.4)	5(3.5)	13(11.6)	22(15.6)	45(40.2)	38(27.0)	185(73.1)	
	계	24(21.4)	49(34.8)	9(8.0)	9(6.4)	21(18.8)	29(20.6)	58(51.8)	54(38.3)	253(100.0)	
주부의 교육수준	무학	7(6.3)	0(0.0)	2(1.8)	0(0.0)	7(6.3)	0(0.0)	23(20.7)	0(0.0)	39(15.6)	29.37***
	국졸	10(9.0)	14(10.1)	4(3.6)	2(1.4)	6(5.4)	7(5.0)	25(22.5)	25(18.0)	93(37.2)	
	중졸	6(5.4)	23(16.5)	2(1.8)	5(3.6)	3(2.7)	7(5.0)	5(4.5)	10(7.2)	61(24.4)	
	고졸 이상	1(0.9)	13(9.4)	1(0.9)	1(0.7)	5(4.5)	14(10.1)	4(3.6)	18(12.9)	57(22.8)	
계	24(21.6)	50(36.0)	9(8.1)	8(5.8)	21(18.9)	28(20.1)	57(51.4)	53(38.1)	250(100.0)		
주부의 연령	30세 이하	0(0.0)	8(5.5)	2(1.8)	0(0.0)	2(1.8)	5(3.4)	1(0.9)	8(5.5)	26(10.1)	23.60**
	31-40세	8(7.1)	14(9.7)	2(1.8)	3(2.1)	7(6.3)	14(9.7)	8(7.1)	17(11.7)	73(28.4)	
	41-50세	8(7.1)	17(11.7)	0(0.0)	3(2.1)	4(3.6)	3(2.1)	11(9.8)	7(4.8)	53(20.6)	
	51세 이상	8(7.1)	13(9.0)	5(4.5)	3(2.1)	8(7.1)	7(4.8)	38(33.9)	23(15.9)	105(40.9)	
	계	24(21.4)	52(35.9)	9(8.0)	9(6.2)	21(18.8)	29(20.0)	58(51.8)	55(37.9)	257(100.0)	
가족수	1-2인	5(4.5)	9(6.2)	3(2.7)	1(0.7)	6(5.4)	4(2.8)	20(17.9)	17(11.7)	65(25.3)	18.54**
	3-4인	4(3.6)	27(18.6)	4(3.6)	6(4.1)	9(8.0)	22(15.2)	13(11.6)	23(15.9)	108(42.0)	
	5인 이상	15(13.4)	16(11.0)	2(1.8)	2(1.4)	6(5.4)	3(2.1)	25(22.3)	15(10.3)	84(32.7)	
	계	24(21.4)	52(35.9)	9(8.0)	9(6.2)	21(18.8)	29(20.0)	58(51.8)	55(37.9)	257(100.0)	
가족형태	핵가족	14(12.7)	47(32.6)	7(6.4)	8(5.6)	17(15.5)	23(16.0)	45(40.9)	52(36.1)	213(83.9)	0.62
	시댁동거	9(8.2)	4(2.8)	2(1.8)	1(0.7)	3(2.7)	6(4.2)	13(11.8)	3(2.1)	41(16.1)	
	계	23(20.9)	51(35.4)	9(8.2)	9(6.3)	20(18.2)	29(20.1)	58(52.7)	55(38.2)	254(100.0)	
주부의 고향	한산도	15(13.4)		5(4.5)		7(6.3)		36(32.1)		63(24.7)	17.66*
	한산도의 기타	9(8.0)		4(3.6)		14(12.5)		22(19.6)		49(19.2)	
	울릉도		33(23.1)		9(6.3)		19(13.3)		32(22.4)	93(36.5)	
	울릉도의 기타		17(11.9)				10(7.0)		23(16.1)	50(19.6)	
계	24(21.4)	50(35.0)	9(8.0)	9(6.3)	21(18.8)	29(20.3)	58(51.8)	55(38.5)	255(100.0)		
결혼과수	10년 이하	4(3.6)	16(11.1)	2(1.8)	1(0.7)	5(4.5)	9(6.3)	4(3.6)	16(11.1)	57(22.3)	20.85*
	11-20년	8(7.1)	10(6.9)	2(1.8)	5(3.5)	5(4.5)	11(7.6)	7(6.3)	13(9.0)	61(23.8)	
	21-30년	5(4.5)	14(9.7)	0(0.0)	1(0.7)	4(3.6)	5(3.5)	15(13.4)	7(4.9)	51(19.9)	
	31-40년	3(2.7)	9(6.3)	2(1.8)	1(0.7)	2(1.8)	3(2.1)	17(15.2)	13(9.0)	50(19.5)	
	41년 이상	4(3.6)	2(1.4)	3(2.7)	1(0.7)	5(4.5)	1(0.7)	15(13.4)	6(4.2)	37(14.5)	
	계	24(21.4)	51(35.4)	9(8.0)	9(6.3)	21(18.8)	29(20.1)	58(51.8)	55(38.2)	256(100.0)	

*p<0.05 **p<0.01 ***p<0.001

1), 2) 한산도는 112명, 울릉도는 162명이 식단계획 각 항목에 대하여 응답한 비율

3) 계는 한산도와 울릉도 전체에 대한 백분율

%)이 매일 아침 식단을 작성하는 비율이 높았으며 서울 지구⁷⁾의 약 8배이었다. 김⁷⁾의 경우 연령이 증가할수록 '매일 아침 식단을 작성한다'는 비율이 증가하였다는 보고와는 차이를 보였다. 주부의 연령은 한산도의 경우 30세 이하 집단은 응답자가 없었고 각 연령 집단(각각 7.1%)이 동일한 비율을 보였으며 울릉도는 41~50세가 11.70%로 김⁷⁾보다 약간 높았다. 가족수에 있어서 한산도는 5인 이상(13.4%) 집단에서, 울릉도는 3~4인(18.6%)의 집단에서 더 많이 매일 아침 식단을 작성하는 것으로 나타났다. 주부의 고향은 두 지역에서 다 같이 본 고향이 높았는데 울릉도(21.3%)가 한산도(13.4%)의 1.6배이었으며, 결혼 년수는 한산도는 11~20년, 울릉도는 10년 이하 집단이 다른 집단보다 '매일 아침 식단을 작성'하는 비율이 약간 높았다. '시장가기 직전에 식단을 작성한다'와 '계절별로 식단을 작성'하는 항목 전 변인의 하위 영역별로 뚜렷한 차이를 나타내지 않았다.

이상에서 볼 때 각 상황 변인의 전반적 경향은 '시장에 가서 적당히 구입한다' 즉 무계획적으로 식단을 운영하는 경우가 가장 높은 비율 분포(한산도 : 51.8%, 울릉도 : 38.2%)이었으며 주부의 교육 수준($P < 0.001$)과 연령($P < 0.01$)에 따라 유의적인 차이를 보여 학력이 낮고 연령이 높은 쪽에서 식단을 작성하지 않는 경향을 보였으며 이는 이⁴⁾, 손 등¹³⁾의 결과와 차이를 보였다. 다음이 '매일 아침 식단을 작성한다' (한산도 : 21.4%, 울릉도 : 29.9%)로써 교육 수준별, 연령별로 김⁷⁾보다 높은 수치를 차지하였다. 다음은 '시장에 가기 직전에 식단을 생각한다' (한산도 : 18.8%, 울릉도 : 20.1%), '계절별로 식단을 작성한다'의 순이었다.

3) 식품 선택 시 고려 요인

식품 선택은 식단 작성에 있어서 중요한 요소이며, 식단의 영양면·기호면·경제면을 좌우하게 된다. <표 6>은 한산도와 울릉도 지역의 조사 대상자들이 식품 선택시 고려하는 요인에 대하여 응답한 결과이다. 한산도와 울릉도 모두 식품 구입 시 고려하는 요인에 대한 분석에 있어서 유의적인 차이를

보인 변인은 가정의 직업($P < 0.001$), 가계의 월소득($P < 0.05$), 주부의 교육 수준($P < 0.001$)·연령($P < 0.001$)·고향($P < 0.01$), 가족 수($P < 0.01$) 및 결혼 경과 년수($P < 0.01$)이며 유의적인 차이가 없는 변인은 주부의 직업 유무 및 가족 형태이었다.

이들 두 섬 지역의 식품 선택 시 고려 요인을 사회 인구학적인 특성 요인에 따라 하위 영역별로 비교해 보면 식품 구입 시 '계절 식품 이용'을 고려하는 경우 가정의 직업에 있어서 가장 높은 비율을 차지한 집단은 어업으로서 한산도(18.8%)가 울릉도(9.0%)의 2.1배이며 다음이 농업이었다. 가계의 월소득은 한산도는 20만원 이하(17.9%), 울릉도는 61~80만원(8.4%)이 높았다. 한산도 지역은 소득이 높아질수록 '계절 식품 이용'이 감소하다가 81만원 이상에서 크게 증가하였으며 울릉도 지역은 소득이 높아질수록 '계절 식품 이용'이 증가하다가 81만원 이상에서 약간 감소하여 두 지역이 차이를 보였다. 조사 대상자들의 교육 수준은 두 지역에서 초등졸(한산도 : 22.5%, 울릉도 : 11.8%)이 높았으며 학력이 낮을수록 '계절 식품 이용'이 감소하는 추세이었다. 주부의 연령은 두 지역 다 같이 연령이 증가할수록 계절 식품의 이용이 증가하여 51세 이상(한산도 : 29.5%, 울릉도 : 8.2%)에서 가장 높은 비율을 차지하였으며 한산도가 울릉도의 3.6배이었다. 가족수는 한산도는 5인 이상(19.6%)이, 울릉도는 3~4인(10.1%)에서 높았으며 주부의 고향은 두 지역 모두 본 고향(한산도 : 29.5%, 울릉도 : 19.2%)이 식품 선택 시 계절 식품 이용에 중점을 두는 비율이 높게 나타났다. 결혼 경과 년수에 있어서 한산도는 헛수가 증가할수록 '계절 식품 이용'이 증가하여 결혼 년수 41년 이상(14.3%)이 집단 중 가장 높았고 울릉도는 21~30년(10.1%)이었다.

식품 선택 시 고려 요인 중 '가족의 기호'를 살펴보면 가정의 직업은 두 섬 지역에서 어업(한산도 : 22.3%, 울릉도 : 22.4%) 집단이 가족의 기호를 가장 고려하였다. 가계의 월소득은 한산도 지역은 20만원 이하(12.5), 울릉도는 61~80만원(16.9%)이 높게 나타나 계절 식품 이용과 같은 경향이었으며 다음이 동일하게 41~60만원 집단에서 기호를 고려하

〈표 6〉 식품 선택 시 고려 요인

변인	구분	식단작성시 중점사항									x ² -value
		계절식품 이용		가족의 기호		경제성		영양		계 ³⁾	
		한산도 ¹⁾	울릉도 ²⁾	한산도	울릉도	한산도	울릉도	한산도	울릉도		
빈도(%)	빈도(%)	빈도(%)	빈도(%)	빈도(%)	빈도(%)	빈도(%)	빈도(%)	빈도(%)			
가장의 직업	농업	17(15.2)	10(6.4)	6(5.4)	13(8.3)	2(1.8)	3(1.9)	0(0.0)	1(0.6)	52(19.4)	27.69***
	어업	21(18.8)	14(9.0)	25(22.3)	35(22.4)	4(3.6)	6(3.8)	1(0.9)	0(0.0)	106(39.6)	
	봉급자	5(4.5)	5(3.2)	7(6.3)	19(12.2)	1(0.9)	3(1.9)	0(0.0)	6(3.8)	46(17.2)	
	상업 및 기타	12(10.7)	10(6.4)	8(7.1)	17(10.9)	1(0.9)	7(4.5)	2(1.8)	7(4.5)	64(23.9)	
	계	55(49.1)	39(25.0)	46(41.1)	84(53.8)	8(7.1)	19(12.2)	3(2.7)	14(9.0)	268(100.0)	
가계의 월소득	20만원 이하	20(17.9)	2(1.3)	14(12.5)	7(4.5)	1(0.9)	5(3.2)	0(0.0)	0(0.0)	49(18.4)	24.05*
	21-40만원	7(6.3)	3(1.9)	2(1.8)	10(6.5)	2(1.8)	5(3.2)	1(0.9)	2(1.3)	32(12.0)	
	41-60만원	7(6.3)	7(4.5)	13(11.6)	24(15.6)	1(0.9)	4(2.6)	1(0.9)	2(1.3)	59(22.2)	
	61-80만원	4(3.6)	13(8.4)	9(8.0)	26(16.9)	1(0.9)	3(1.9)	0(0.0)	4(2.6)	60(22.6)	
	81만원 이상	17(15.2)	12(7.8)	8(7.1)	18(11.7)	3(2.7)	1(0.6)	1(0.9)	6(3.9)	66(24.8)	
계	55(49.1)	37(24.0)	46(41.1)	85(55.2)	8(7.1)	18(11.7)	3(2.7)	14(9.1)	266(100.0)		
주부의 직업	유무	14(12.5)	9(5.8)	13(11.6)	24(15.6)	1(0.9)	5(3.2)	1(0.9)	5(3.2)	72(27.1)	1.14
	유부	41(36.6)	27(17.5)	33(29.5)	61(39.6)	7(6.3)	14(9.1)	2(1.8)	9(5.8)	194(72.9)	
	계	55(49.1)	36(23.4)	46(41.1)	85(55.2)	8(7.1)	19(12.3)	3(2.7)	14(9.1)	266(100.0)	
주부의 교육수준	무학	20(18.0)	0(0.0)	17(15.3)	0(0.0)	1(0.9)	0(0.0)	1(0.9)	0(0.0)	39(14.8)	35.91***
	국졸	25(22.5)	18(11.8)	15(13.5)	25(16.4)	5(4.5)	12(7.9)	0(0.0)	1(0.7)	101(38.4)	
	중졸	6(5.4)	11(7.2)	9(8.1)	29(19.1)	1(0.9)	3(2.0)	0(0.0)	6(3.9)	65(24.7)	
	고졸 이상	3(2.7)	10(6.8)	5(4.5)	28(18.4)	1(0.9)	2(1.3)	2(1.8)	7(4.6)	58(22.1)	
계	54(48.6)	39(25.7)	46(41.1)	82(53.9)	8(7.2)	17(11.2)	3(2.7)	14(9.2)	263(100.0)		
주부의 연령	30세 이하	2(1.8)	4(2.5)	2(1.8)	13(8.2)	1(0.9)	1(0.6)	0(0.0)	2(1.3)	25(9.3)	20.19**
	31-40세	9(8.0)	9(5.7)	13(11.6)	30(19.0)	1(0.9)	4(2.5)	2(1.8)	7(4.4)	75(27.8)	
	41-50세	11(9.8)	13(8.2)	11(9.8)	17(10.8)	0(0.0)	3(1.9)	1(0.9)	2(1.3)	58(21.5)	
	51세 이상	33(29.5)	13(8.2)	20(17.9)	26(16.5)	6(5.4)	11(7.0)	0(0.0)	3(1.9)	112(41.5)	
	계	55(49.1)	39(24.7)	46(41.1)	86(54.4)	8(7.1)	19(12.0)	3(2.7)	14(8.9)	270(100.0)	
가족수	1-2인	21(18.8)	10(6.3)	8(7.1)	15(9.5)	5(4.5)	6(3.8)	0(0.0)	4(2.5)	69(25.6)	18.28**
	3-4인	12(10.7)	16(10.1)	13(11.6)	50(31.6)	2(1.8)	7(4.4)	3(2.7)	8(5.1)	111(41.1)	
	5인 이상	22(19.6)	13(8.2)	25(22.3)	21(13.3)	1(0.9)	6(3.8)	0(0.0)	2(1.3)	90(33.3)	
	계	55(49.1)	39(24.7)	46(41.1)	86(54.4)	8(7.1)	19(12.0)	3(2.7)	14(8.9)	270(100.0)	
가족형태	핵가족	41(37.3)	38(24.2)	33(30.0)	72(45.9)	6(5.5)	18(11.5)	3(2.7)	14(8.9)	225(84.3)	4.42
	시댁동거	14(12.7)	1(0.6)	11(10.0)	13(8.3)	2(1.8)	1(0.6)	0(0.0)	0(0.0)	42(15.7)	
	계	55(50.0)	39(24.8)	44(40.0)	85(54.1)	8(7.3)	19(12.1)	3(2.7)	14(8.9)	267(100.0)	
주부의 고향	한산도	33(29.5)	0(0.0)	25(22.3)	0(0.0)	5(4.5)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	63(23.5)	24.51**
	한산도외 기타	22(19.6)	0(0.0)	21(18.8)	0(0.0)	3(2.7)	0(0.0)	3(2.7)	0(0.0)	49(18.3)	
	울릉도	0(0.0)	30(19.2)	0(0.0)	52(33.3)	0(0.0)	14(9.0)	0(0.0)	8(5.1)	104(38.8)	
	울릉도외 기타	0(0.0)	9(5.8)	0(0.0)	32(20.5)	0(0.0)	5(3.2)	0(0.0)	6(3.8)	52(19.4)	
계	55(49.1)	39(25.0)	46(41.1)	84(53.8)	8(7.1)	19(12.2)	3(2.7)	14(9.0)	268(100.0)		
결혼경과수	10년 이하	6(5.4)	8(5.1)	6(5.4)	26(16.6)	2(1.8)	3(1.9)	1(0.9)	5(3.2)	57(21.2)	29.34**
	11-20년	9(8.0)	8(5.1)	13(11.6)	26(16.6)	0(0.0)	3(1.9)	0(0.0)	3(1.9)	62(23.0)	
	21-30년	11(9.8)	16(10.2)	10(8.9)	12(7.6)	1(0.9)	5(3.2)	2(1.8)	4(2.5)	61(22.7)	
	31-40년	13(11.6)	5(3.2)	11(9.8)	16(10.2)	0(0.0)	4(2.5)	0(0.0)	2(1.3)	51(19.0)	
	41년 이상	16(14.3)	2(1.3)	6(5.4)	5(3.2)	5(4.5)	4(2.5)	0(0.0)	0(0.0)	38(14.1)	
계	55(49.1)	39(24.8)	46(41.1)	85(54.1)	8(7.1)	19(12.1)	3(2.7)	14(8.9)	269(100.0)		

*p<0.05 **p<0.01 ***p<0.001

1), 2) 한산도는 112명, 울릉도는 162명이 식품 선택 시 고려 요인 각 항목에 대하여 응답한 비율
 3) 계는 한산도와 울릉도 전체에 대한 백분율

는 것으로 나타났다. 교육 수준과 기호면과의 관계는 한산도는 무학(15.3%)이 집단 중 가장 높았고 학력이 증가할수록 기호에 대한 고려도가 감소하였으며, 울릉도는 중졸(19.1%)이 가장 높았고 고졸 이상(18.4%), 초등졸(16.4%)의 순이었으며 세 집단간 큰 폭의 차이는 없었다. 주부의 연령의 경우 한산도는 51세 이상(17.9%)의 집단이 비율 분포가 가장 높았고 다음이 31~40세(11.6%)이었으며, 울릉도는 반대로 31~40세(19.0%), 51세 이상(16.5%)의 순으로 가족의 기호에 중점을 두는 것으로 파악되었다. 가족수는 한산도는 가족수가 증가할수록 그 비율이 증가하여 5인 이상(22.3%)에서 가장 높은 수치를 기록하였고 울릉도는 3~4인(31.6%)의 집단에서 가장 높은 비율을 차지하였다. 주부의 고향의 경우 두 지역에서 본 고향이 높았는데 울릉도(33.3%)가 한산도(22.3%)의 약 1.5배나 기호에 중점을 두는 비는 비율이 높았다. 결혼 경과 년수는 한산도는 11~20년(11.6%) 집단이 그리고 울릉도는 10년 이하와 11~20년(각각 16.6%)이 집단 중 '가족의 기호'에 가장 높은 수치를 나타냈다.

'경제성'은 전 변인을 통해서 낮은 수치를 기록하였는데 한산도 지역은 7.1~7.3% 범위이었고 울릉도 지역은 11.2~12.3% 범위로 울릉도가 식품 선택 시 더 경제성을 고려하는 것으로 나타났다. '영양'은 모든 변인에 있어서 울릉도가 한산도 보다 높은 경향이었으며 항목 중 식품 선택 시 가장 고려하지 않는 것으로 조사되었다.

이상의 비교·분석을 살펴보면 식품 선택 시 고려 요인에 대한 각 변인의 경향은 '계절 식품 이용'이 가장 고려하는 요인으로 파악되었으며 조사 대상자의 교육 수준($P < 0.001$)이 높아질수록 그리고 연령($P < 0.01$)이 많아질수록 '계절 식품의 이용'을 더 고려하는 경향이였다. 다음이 "가족의 기호"이었으며 가계의 월소득($P < 0.05$)이 한산도는 낮은 집단에서, 울릉도는 높은 집단에서 '가족의 기호'를 더 고려하는 경향을 보였다. 이와 같은 결과는 서울 지역⁷⁾, 14)의 경우 식품 선택 시 가장 고려하는 요인이 '가족의 기호'이고 가장 낮은 요인이 '계절 식품 이용'이라는 결과와 또 구¹⁵⁾의 경우 가장 고려하는

요인은 맛있고 다음이 영양으로 나타난 결과와도 차이를 보였다.

4) 식사 준비 시 고려 요인

〈표 7〉은 식사 준비 시 고려 요인에 대하여 6개 항목(가족의 기호, 영양, 가격, 건강, 조리 시간 및 맛)을 제시하고 그 중에 가장 우선적으로 고려 요인이 무엇인지를 알아보기 위하여 분석한 결과이다. 한산도와 울릉도 지역 조사 대상자들의 식사 준비 시 고려하는 요인에 있어서 유의적인 차이를 보인 변수는 가계의 월소득($P < 0.05$) 및 주부의 교육 수준($P < 0.01$)이었으며 가장의 직업, 주부의 연령, 주부·고향 및 결혼 경과 년수 등은 영향을 미치지 않는 변수로 나타났다. 이⁴⁾, 김⁷⁾, 박 등¹⁶⁾ 및 송과 홍¹⁷⁾이 교육 수준에서 유의적인 차이를 보인 결과와 가계의 소득에서 영향을 미친 박 등¹⁶⁾은 본 연구 결과와 같았다.

한산도와 울릉도에 있어서 식사 준비 시 가장 우선적으로 고려하는 요인을 인구 통계학적 현황을 변인별로 알아보면 가계의 월소득, 주부 교육 수준과 관련된 요인에 있어서는 같은 비율을 나타냈는데, 한산도의 경우 가족의 기호, 맛, 건강, 영양, 가격, 조리시간의 순으로 고려한다고 하였으며 이는 유⁸⁾ 및 이⁹⁾와 같은 경향이였다. 울릉도의 경우는 가족의 기호, 영양, 건강, 맛, 조리 시간, 가격의 순으로 고려도가 감소하였으며 서울³⁾, 전북⁴⁾, 및 울산¹²⁾과 비슷한 경향이였다. 이와 같이 기호를 우선적으로 생각하는 것은 본 연구 뿐만 아니라 다른 보고³⁾, 4), 12), 16), 17), 18)들에 있어서도 같은 경향인데, 이것은 생활 수준이 향상됨에 따라 기호 추구 성향이 높아져 기호에 맞지 않으면 거부하기 때문이라고 생각한다¹⁹⁾.

5) 간식의 종류

우리 나라의 식생활은 아침, 점심, 저녁으로 세 번 나누어 먹는 것이 습관화되어 왔다. 세끼의 식사만으로는 필요한 만큼의 영양을 충분히 섭취하기 어려우므로 간식을 식사의 일부로 인식하여야 하겠다²⁰⁾.

〈표 7〉 식사 준비 시 고려 요인

변인	구분	식사 준비 시 고려 요인												계 ³⁾	x ²
		가족의 기호		영양		가격		건강		조리시간		맛			
		한산도 ¹⁾ 빈도(%)	울릉도 ²⁾ 빈도(%)	한산도 빈도(%)	울릉도 빈도(%)	한산도 빈도(%)	울릉도 빈도(%)	한산도 빈도(%)	울릉도 빈도(%)	한산도 빈도(%)	울릉도 빈도(%)	한산도 빈도(%)	울릉도 빈도(%)		
가장의 직업	농업	10(9.2)	13(8.6)	2(1.8)	5(3.3)	2(1.8)	0(0.0)	4(3.7)	2(1.3)	1(0.9)	3(2.0)	5(4.6)	3(2.0)	50(19.2)	11.07
	이업	28(25.7)	24(15.9)	7(6.4)	9(6.0)	1(0.9)	2(1.3)	5(4.6)	9(6.0)	0(0.0)	3(2.0)	9(8.3)	6(4.0)	103(39.6)	
	봉급자	8(7.3)	13(8.6)	2(1.8)	8(5.3)	1(0.9)	1(0.7)	2(1.8)	7(4.6)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	2(1.3)	44(16.9)	
	상업 및 기타	9(8.3)	19(12.6)	2(1.8)	7(4.6)	0(0.0)	3(2.0)	4(3.7)	7(4.6)	1(0.9)	2(1.3)	6(5.5)	3(2.0)	63(24.2)	
	계	55(50.5)	69(45.7)	13(11.9)	29(19.2)	4(3.7)	6(4.0)	15(13.8)	25(16.6)	2(1.8)	8(5.3)	20(18.3)	14(9.3)	260(100.0)	
가계의 월소득	20만원 이하	11(10.1)	4(2.7)	3(2.8)	2(1.3)	2(1.8)	2(1.3)	4(3.7)	3(2.0)	1(0.9)	1(0.7)	11(10.1)	1(0.7)	45(17.4)	30.79*
	21-40만원	6(5.5)	7(4.7)	2(1.8)	4(2.7)	0(0.0)	2(1.3)	2(1.8)	1(0.7)	1(0.9)	3(2.0)	1(0.9)	3(2.0)	32(12.4)	
	41-60만원	10(9.2)	16(10.7)	4(3.7)	6(4.0)	0(0.0)	1(0.7)	2(1.8)	8(5.3)	0(0.0)	2(1.3)	6(5.5)	3(2.0)	58(22.4)	
	61-80만원	8(7.3)	23(15.3)	2(1.8)	10(6.7)	1(0.9)	0(0.0)	2(1.8)	7(4.7)	0(0.0)	0(0.0)	1(0.9)	4(2.7)	58(22.4)	
	81만원 이상	20(18.3)	19(12.7)	2(1.8)	7(4.7)	1(0.9)	1(0.7)	5(4.6)	5(3.3)	0(0.0)	2(1.3)	1(0.9)	3(2.0)	66(25.5)	
계	55(50.5)	69(46.0)	13(11.9)	29(19.3)	4(3.7)	6(4.0)	15(13.8)	24(16.0)	2(1.8)	8(5.3)	20(18.3)	14(9.3)	259(100.0)		
주부의 직업	유무	17(15.6)	16(10.7)	1(0.9)	10(6.7)	1(0.9)	0(0.0)	4(3.7)	10(6.7)	1(0.9)	3(2.0)	4(3.7)	4(2.7)	71(27.5)	4.02
	유무	38(34.9)	53(35.6)	12(11.0)	18(12.1)	3(2.8)	6(4.0)	11(10.1)	14(9.4)	1(0.9)	5(3.4)	16(14.7)	10(6.7)	187(72.5)	
	계	55(50.5)	69(46.3)	13(11.9)	28(18.8)	4(3.7)	6(4.0)	15(13.8)	24(16.1)	2(1.8)	8(5.4)	20(18.3)	14(9.4)	258(100.0)	
주부의 교육수준	무학	15(13.9)	0(0.0)	3(2.8)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	6(5.6)	0(0.0)	1(0.9)	0(0.0)	11(10.2)	0(0.0)	36(14.1)	30.59**
	국졸	26(24.1)	24(16.3)	5(4.6)	6(4.1)	2(1.9)	4(2.7)	5(4.6)	9(6.1)	1(0.9)	6(4.1)	6(5.6)	5(3.4)	99(38.8)	
	중졸	7(6.5)	15(10.2)	4(3.7)	12(8.2)	0(0.0)	1(0.7)	2(1.9)	12(8.2)	0(0.0)	2(1.4)	3(2.8)	5(3.4)	63(24.7)	
	고졸 이상	6(5.6)	26(17.7)	1(0.9)	10(6.8)	2(1.9)	1(0.7)	2(1.9)	4(2.7)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	5(3.4)	57(22.4)	
계	54(50.0)	65(44.2)	13(12.0)	28(19.0)	4(3.7)	6(4.1)	15(13.9)	25(17.0)	2(1.9)	8(5.4)	20(18.5)	15(10.2)	255(100.0)		
주부의 연령	30세 이상	3(2.8)	10(6.5)	0(0.0)	4(2.6)	1(0.9)	1(0.7)	1(0.9)	3(2.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	2(1.3)	25(9.5)	14.25
	31-40세	11(10.1)	23(15.0)	6(5.5)	13(8.5)	1(0.9)	1(0.7)	4(3.7)	7(4.6)	1(0.9)	1(0.7)	2(1.8)	5(3.3)	75(28.6)	
	41-50세	13(11.9)	13(8.5)	3(2.8)	5(3.3)	0(0.0)	2(1.3)	4(3.7)	7(4.6)	0(0.0)	2(1.3)	3(2.8)	4(2.6)	56(21.4)	
	51세 이상	28(25.7)	24(15.7)	4(3.7)	7(4.6)	2(1.8)	2(1.3)	6(5.5)	8(5.2)	1(0.9)	5(3.3)	15(13.8)	4(2.6)	106(40.5)	
계	55(50.5)	70(45.8)	13(11.9)	29(19.0)	4(3.7)	6(3.9)	15(13.8)	25(16.3)	2(1.8)	8(5.2)	20(18.3)	15(9.8)	262(100.0)		
가족수	1-2인	17(15.6)	16(10.5)	4(3.7)	4(2.6)	1(0.9)	2(1.3)	3(2.8)	2(1.3)	1(0.9)	3(2.0)	5(4.6)	5(3.3)	63(24.0)	7.33
	3-4인	14(12.8)	39(25.5)	4(3.7)	16(10.5)	3(2.8)	2(1.3)	3(2.8)	17(11.1)	0(0.0)	3(2.0)	6(5.5)	6(3.9)	113(43.1)	
	5인 이상	24(22.0)	15(9.8)	5(4.6)	9(5.9)	0(0.0)	2(1.3)	9(8.3)	6(3.9)	1(0.9)	2(1.3)	9(8.3)	4(2.6)	86(32.8)	
	계	55(50.5)	70(45.8)	13(11.9)	29(19.0)	4(3.7)	6(3.9)	15(13.8)	25(16.3)	2(1.8)	8(5.2)	20(18.3)	15(9.8)	262(100.0)	
가족형태	핵가족	38(35.5)	62(40.8)	10(9.3)	26(17.1)	3(2.8)	6(3.9)	12(11.2)	23(15.1)	2(1.9)	6(3.9)	16(15.0)	14(9.2)	218(84.2)	1.64
	시대동거	15(14.0)	8(5.3)	3(2.8)	3(2.0)	1(0.9)	0(0.0)	3(2.8)	2(1.3)	0(0.0)	1(0.7)	4(3.7)	1(0.7)	41(15.8)	
	계	53(49.5)	70(46.1)	13(12.1)	29(19.1)	4(3.7)	6(3.9)	15(14.0)	25(16.4)	2(1.9)	7(4.6)	20(18.7)	15(9.9)	259(100.0)	
주부의 고향	한산도	34(31.2)		4(3.7)		2(1.8)		7(6.4)		2(1.8)		12(11.0)		61(23.5)	20.90
	한산도의 기타	21(19.3)		9(8.3)		2(1.8)		8(7.3)				8(7.3)		48(18.5)	
	울릉도		39(25.8)		21(13.9)		4(2.6)		19(12.6)		7(4.6)		10(6.6)	100(38.5)	
	울릉도의 기타		31(20.5)		7(4.6)		2(1.3)		5(3.3)		1(0.7)		5(3.3)	51(19.6)	
계	55(50.5)	70(46.4)	13(11.9)	28(18.5)	4(3.7)	6(4.0)	15(13.8)	24(15.9)	2(1.8)	8(5.3)	20(18.3)	15(9.9)	260(100.0)		
결혼과년수	10년 이하	7(6.4)	23(15.1)	2(1.8)	9(5.9)	2(1.8)	1(0.7)	2(1.8)	4(2.6)	0(0.0)	0(0.0)	2(1.8)	5(3.3)	57(21.8)	25.29
	11-20년	11(10.1)	15(9.9)	3(2.8)	11(7.2)	0(0.0)	1(0.7)	4(3.7)	7(4.6)	1(0.9)	2(1.3)	3(2.8)	4(2.6)	62(23.8)	
	21-30년	14(12.8)	11(7.2)	5(4.6)	5(3.3)	0(0.0)	2(1.3)	3(2.8)	8(5.3)	0(0.0)	4(2.6)	1(0.9)	3(2.0)	56(21.5)	
	31-40년	7(6.4)	16(10.5)	1(0.9)	2(1.3)	1(0.9)	1(0.7)	5(4.6)	5(3.3)	1(0.9)	2(1.3)	7(6.4)	2(1.3)	50(19.2)	
	41년 이상	16(14.7)	5(3.3)	2(1.8)	1(0.7)	1(0.9)	1(0.7)	1(0.9)	1(0.7)	0(0.0)	0(0.0)	7(6.4)	1(0.7)	36(13.8)	
계	55(50.5)	70(46.1)	13(11.9)	28(18.4)	4(3.7)	6(3.9)	15(13.8)	25(16.4)	2(1.8)	8(5.3)	20(18.3)	15(9.9)	216(100.0)		

*p < 0.05 **p < 0.001

1), 2) 한산도는 112명, 울릉도는 162명이 식사준비 시 고려 요인 각 항목에 대하여 응답한 비율 3) 계는 한산도와 울릉도 전체에 대한 백분율

〈표 8〉은 조사 대상자들이 좋아하는 간식의 종류를 순위별로 본 것이다. 간식의 종류 1순위에 있어서 한산도의 경우 가장 높은 비율을 보인 것은 과일류(27.1%)로 나타났는데 이는 다섯 지역에서 간식의 종류를 조사한 김 등²¹⁾과 같은 경향이었으며 다음이 빵류(22.9%), 주스류(11.5%), 우유류(10.4%), 감자의 순이었다. 울릉도의 경우 가장 높은 비율을 차지한 간식은 우유류(43.9%)이며 다음이 과일류(27.0%), 빵류(10.8%), 주스류(4.70%), 과자류(3.4%)의 순으로 나타났다. 두 섬 지역에서 과일류는 같은 비율을 보인 반면 우유류는 순위(한산도 : 4순위, 울릉도 : 1순위)와 비율(울릉도가 한산도의 4배)에 있어서 많은 차이를 나타냈다.

순위도 2의 경우 한산도는 가장 높은 비율이 1순위와 마찬가지로 과일류(20.5%)이었으며 다음이 우유류(13.3%), 빵류(9.7%), 과자류·사탕류·감자(각각 8.4%), 아이스크림류의 순으로 그 비율이 감소하였다. 울릉도에 있어서 가장 선호하는 간식은 1순위와 마찬가지로 우유류(20.3%)이고 다음 과일류(17.8

%)이며 주스류(16.3%), 빵류(13.3%), 감자의 순으로 그 비율이 감소하였다.

3순위에서 가장 많이 이용하고 있는 간식의 종류는 한산도의 경우 빵류, 주스류 및 떡류가 동일하게 각각 13.9%를 차지하였고 다음이 감자(11.1%), 우유류(8.3%), 부침류, 사탕류의 순이었으며 울릉도는 감자(16.0%), 빵류(12.6%), 요구르트류(10.9%), 주스류(10.1%), 우유류(9.2%)의 순으로 나타났다.

이상의 결과에서 간식의 종류에 있어서 한산도와 울릉도 지역의 전체적인 경향은 많이 이용하고 있는 간식으로써 빵류, 과일류, 우유류, 주스류 및 감자로 나타났는데, 과일류나 우유류의 이용도가 높은 것은 식생활의 향상에 기인된 것이라고 생각되며 영양상 바람직하다고 생각한다. 특히 우유류의 경우 울릉도가 한산도 보다 이용이 높은 것으로 파악되었다. 칼슘은 우리의 식사에 부족되기 쉬운 영양소이고 우유는 칼슘의 보고이므로 우유는 영양 간식으로써 매우 좋은 식품이다. 따라서 우유의 이용이 낮은 한산 지역의 경우 그 이용을 보다 높이는 것이 영양

〈표 8〉 간식의 종류

간식의 종류	1순위		2순위		3순위	
	한산도	울릉도	한산도	울릉도	한산도	울릉도
	빈도 (%)	빈도 (%)	빈도 (%)	빈도 (%)	빈도 (%)	빈도 (%)
빵류	22 (22.9)	16 (10.8)	8 (9.7)	18 (13.3)	10 (13.9)	15 (12.6)
과류	26 (27.1)	40 (27.0)	17 (20.5)	24 (17.8)	3 (4.2)	1 (0.8)
과자류	4 (4.2)	5 (3.4)	7 (8.4)	2 (1.5)	3 (4.2)	9 (7.6)
우유	10 (10.4)	65 (43.9)	11 (13.3)	27 (20.0)	6 (8.3)	11 (9.2)
주스	11 (11.5)	7 (4.7)	7 (8.4)	22 (16.3)	10 (13.9)	12 (10.1)
아이스크림	1 (1.0)	0 (0.0)	5 (6.1)	7 (5.2)	2 (2.8)	6 (5.0)
튀김류	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (1.5)	3 (4.2)	8 (6.7)
사탕	6 (6.3)	0 (0.0)	7 (8.4)	4 (3.0)	4 (5.6)	3 (2.5)
부침	3 (3.1)	2 (1.4)	3 (3.6)	8 (5.9)	5 (6.9)	3 (2.5)
요구르트	3 (3.1)	3 (2.0)	2 (2.4)	5 (3.7)	1 (1.3)	13 (10.9)
감자	7 (7.3)	4 (2.7)	7 (8.4)	9 (6.7)	8 (11.1)	19 (16.0)
미숫가루	1 (1.0)	0 (0.0)	4 (4.8)	2 (1.5)	5 (6.9)	1 (0.9)
떡류	2 (2.1)	0 (0.0)	3 (3.6)	1 (0.6)	10 (13.9)	4 (3.4)
샐러드	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (0.9)
초코렛	0 (0.0)	1 (0.7)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
건어물(오징어, 쥐포 등)	0 (0.0)	5 (3.4)	2 (2.4)	4 (3.0)	2 (2.8)	13 (10.9)
계	96 (100.0)	148 (100.0)	83 (100.0)	135 (100.0)	72 (100.0)	119 (100.0)

* 순위별로 사례수가 다른 것은 결측치(missing data) 때문임.

상 바람직하다고 생각한다.

IV. 요약 및 결론

한산도와 울릉도 지역에 거주하는 주부 각각 112명과 162명을 대상으로 면담 조사를 실시하였다. 설문지는 크게 세부분 즉 첫째, 조사 대상자의 사회인구학적 특성 둘째, 식생활 설비 실태 셋째, 식생활 관리 실태로 구성하여 한산도와 울릉도 지역 주부들의 식생활 태도에 영향을 미치는 요인에 대하여 비교·분석한 결과는 다음과 같다.

1. 식생활 관리 실태 중 식생활비 예산 계획에 있어서 '예산을 세우지 않고 되는 대로 쓴다'의 경우 가계의 월소득($P < 0.05$)은 한산도는 소득이 낮은 집단에서, 울릉도는 높은 집단에서 무계획적으로 식생활비를 집행하는 것으로 나타났으며 두 지역에서 다 같이 조사 대상자 연령($P < 0.001$)이 낮을수록 무계획적 집행이 감소하였다. 그리고 교육수준($P < 0.001$)과의 관계는 두 지역 모두 학력이 낮을수록 예산을 세우지 않고 되는대로 쓰는 것으로 파악되었다. 결혼 경과 년수($P < 0.001$)에 있어서 한산도는 결혼 년수가 높을수록 식생활비의 무계획적 집행 비율이 계속 증가세를 나타냈으며 울릉도는 증가세를 나타내다가 결혼 년수 41년 이상에서 무계획적 집행 비율이 감소하여 두 지역간에 차이를 보였다.
2. 식단 계획에 있어서 '시장에 가서 적당히 구입한다'의 경우 주부의 교육 수준($P < 0.001$)은 한산도와 울릉도 지역 모두 초등졸 이하에서 가장 식단 계획을 하지 않는 것으로 나타났다. 주부의 연령($P < 0.001$)의 경우 두 지역 모두 51세 이상 집단에서 가장 식단 계획을 하지 않는 것으로 파악되었다. 결혼 경과 년수($P < 0.05$)에 있어서 한산도는 결혼 년수가 높은 집단에서, 울릉도는 낮은 집단에서 식단 계획을 하지 않는 경향이였다.
3. 식품 선택 시 고려하는 요인 중 '계절 식품' 이용에 있어서 한산도의 경우 소득이 높을수록 계절 식품을 이용하는 비율이 감소하다가 81만원 이상에서 증가하였고 울릉도는 소득이 증가할수록 계절 식품 이용이 증가하는 추세이었다. 교육 수준($P < 0.001$)의 경우 두 지역에서 가장 '계절 식품을 이용' 하는 집단은 초등졸(한산도 : 22.5%, 울릉도 : 11.8%)이며 학력이 낮을수록 '계절 식품 이용'이 감소하였다. 연령($P < 0.01$)에 있어서는 두 집단에서 연령이 증가할수록 '계절 식품 이용'이 증가하였다. '가족의 기호'에 있어서 가장의 직업($P < 0.001$)은 어업 집단이 '가족의 기호'를 가장 고려하였고 가계의 월소득($P < 0.05$)은 '계절 식품 이용'과 같은 경향이였다. 교육수준($P < 0.001$)과 기호와의 관계는 한산도는 무학(15.3%)이 집단 중 가장 높았고 학력이 증가할수록 '가족 기호'의 고려도가 감소하였으며 울릉도는 중졸(19.1%)이 가장 '가족의 기호'를 고려하였다. 변인 연령($P < 0.01$)의 경우 한산도는 51세 이상(17.9%)이, 울릉도는 31~40세(19.0%)가 가장 가족의 기호에 중점을 두었으며, 주부의 고향($P < 0.01$)은 두 지역에서 본 고향이 가장 높았는데 울릉도(33.3%)가 한산도(22.3%)의 약 1.5배이었다. '영양'은 가장 고려하지 않는 항목으로 조사되었는데 이는 식품·영양에 대한 지식과 올바른 식품 선택 능력의 결여에 기인된 것으로 생각한다. 따라서 사회적으로 여러 가지 영양교육 프로그램 개발하여 운영하는 것이 바람직하다고 생각한다.
4. 식사 준비 시 고려하는 요인 6개 항목(가족의 기호, 영양, 가격, 건강, 조리시간 및 맛) 중 가장 우선적으로 고려하는 요인을 변인별로 조사한 결과 가계의 월소득($P < 0.05$)과 교육 수준($P < 0.01$)과 관련된 요인에 있어서 같은 고려도의 경향을 보였는데, 한산도의 경우 가족의 기호, 맛, 건강, 영양, 가격, 조리 시간의 순으로 고려도가 감소하였으며 울릉도는 가족의 기호, 영양, 건강, 맛, 조리 시간, 가격의 순으로 고려한다고 하여 두 지역간에 차이를 보였다.
5. 간식의 종류에 있어서 순위도 1의 경우 한산도는 과일류(27.0%), 빵류(10.8%), 주스류(11.5%), 우유류(10.4%)의 순이었다. 순위도 2의 경우 한산도

는 과일류(20.5%), 우유류(13.3%), 빵류(9.7%)의 순으로 비율이 감소하였으며 울릉도는 우유류(20.3%), 과일류(17.8%), 주스류(16.3%)의 순이었다. 순위 3의 경우 한산도는 빵류, 주스류, 떡류가 동일하게 각각 13.9%를 차지하였고 울릉도는 감자(16.0%), 빵류(12.6%), 요구르트류(10.9%) 순으로 나타났다. 이와 같이 두 섬 지역간에 간식을 이용하는 종류에 있어서 차이를 보였다.

한산도와 울릉도 지역의 식생활 관리 태도에 관한 전체적인 경향을 살펴보면 다음과 같다.

식생활비 예산 계획(한산도 : 74.1~75.5%, 울릉도 : 53.1~53.8%의 범위) 및 식단 계획(한산도 : 52.7~54.1%, 울릉도 : 37.1~38.5%의 범위)은 무계획적으로 관리하는 경향이 비교적 높은 편이었다. 식품 선택 시 고려 요인은 두 지역간 차이를 보였는데 한산도는 '계절 식품 이용', 울릉도는 '가족의 기호'를 가장 고려하는 요인으로 나타났다. 식사 준비 시 고려하는 요인은 한산도는 '가족의 기호', '맛', '건강', '영양'의 순으로 그리고 울릉도는 '가족의 기호', '영양', '건강'의 순으로 고려도가 감소하여 두 지역간 차이를 보였다.

이상의 결과로 미루어 다음과 같은 제언을 하고자 한다. 바람직한 식생활 관리 태도를 가질 수 있도록 하기 위해서는 지방 단위로 농촌 진흥청 주관 하에 농촌 생활 개선 사업으로 실시하고 있는 한국형 식생활 정책 보급 및 소비절약 교육 프로그램 등을 통하여 계획적인 식생활비 예산 계획과 식단 계획 등을 할 수 있도록 행정적인 차원에서 지원을 하여 적극적인 계몽 활동을 펼쳐나가야 할 것이다. 또한 식사 준비 시 고려하는 요인에 있어서는 가족의 기호에 많은 비중을 두어 균형된 영양 섭취에 대한 인식이 부족한 상태이었다. 그리고 식품 선택 시 가장 고려하지 않는 요인은 영양으로 나타났는데 이는 조사 대상자들이 식품·영양에 대한 지식과 올바른 식품 선택 능력의 부족에 기인된 것으로 보여진다. 따라서 사회적으로 여러 가지 식품 및 영양 프로그램 등을 개발·운영하여 계몽 교육을 해나가야 할 것으로 생각된다.

■참고문헌

- 1) 현기순: 식생활관리학, 교문사(1999).
- 2) 김기남: 우리 음식 문화의 문제점 및 개선책, 충북가정학회지, 1(1), 97(1992).
- 3) 유영상, 노정미: 서울지역 주부들의 식생활관리 실태 조사 연구, 동아시아식생활학회지, 5(3), 263(1996).
- 4) 이경자: 전북지역 주부들의 식생활관리 실태에 관한 조사 연구, 한국식문화학회지, 6(4), 403(1991).
- 5) 류은순, 강현주: 부산지역 주부들의 식생활 태도에 대한 조사 연구, 보건과학연구소, 제3집, 22(1993).
- 6) 임영희: 중간소득 가정의 식생활관리 실태조사 및 저소득 가정과의 비교, 대한가정학회지, 11(7), 92(1969).
- 7) 김혜영: 주부의 식생활 인식에 관한 조사 연구 -서울지구를 중심으로-, 성신연구논문집, 제 11권, 105(1987).
- 8) 유영상: 식생활관리 실태에 관한 연구, 대한가정학회지, 18(1), 53(1980).
- 9) 이현자: 식생활관리 실태에 관한 연구, 안성실업전문대학 논문집, 제8집, 371(1986).
- 10) 고양숙: 제주지역 주부들의 식생활태도에 관한 연구 -식품기호 중심-, 제주대학교 논문집, 제22권, 185(1986).
- 11) 오혜숙, 윤교회: 서울 지역 주부들의 건강과 관련된 식생활 의식구조, 한국식생활문화학회지, 10(3), 185(1995).
- 12) 김혜경: 주부들의 영양교육을 위한 사전 연구 1. 주부들의 영양지식과 식습관에 관한 조사 연구 -울산지역을 중심으로-, 대한가정학회지, 25(2), 55(1987).
- 13) 손경희, 문수재, 이민준, 최은정, 황혜선, 이명희: 도시 주부의 식품 소비 구조 변화와 미래의 식생활 향상을 위한 연구, 대한가정학회지, 26(4), 53(1988).
- 14) 박윤정, 조신희, 이효지: 식품에 대한 지식이 식

- 품 선택에 미치는 영향에 관한 조사연구, 한국 조리과학회지, 5(2), 63(1989).
- 15) 구난숙: 대전지역 대학생들의 한국 전통 음식에 대한 인식 및 기호도 조사, 한국식생활문화학회지, 10(4), 357(1995).
- 16) 박윤정, 조신호, 이효지: 식품에 대한 지식이 조리방법에 미치는 영향에 관한 조사연구, 한국조리과학회지, 6(1), 41(1990).
- 17) 송병진, 홍성야: 수원지역 식생활 형태에 관한 연구, 한국조리과학회지, 8(1), 49(1992).
- 18) 임국이: 중도시 주부들의 식품 및 영양에 대한 의식조사 - 대전을 중심으로 -, 대한가정학회지, 22(1), 117(1984).
- 19) 김옥대: 식생활 관리에 관한 실태조사, 강원대학교 교육대학원 석사논문(1982).
- 20) 대한영양사회: 자녀 건강을 위한 영양관리, 45, (1989).
- 21) 김상경, 황경희, 신혜영, 박미경, 이명진, 이언진, 배정선: 경남지역의 식생활 실태조사 연구, 부산대학교 식품영양연구, 제 11호, 5(1994)