

쌀 소비 패턴의 변화

김 영 옥

동덕여자대학교, 식품영양학과

Changes in Rice Consumption Pattern for Korean Since 1970

Young-Ok Kim

Department of Food and Nutrition, College of Natural Science, Dongduk Women's University, Seoul, Korea

서 론

식량은 인간의 생리적 욕구를 충족시켜주는 기본이며(식생활개선범국민운동본부 1989; 식생활개선범국민운동본부 1992) 동시에 인간의 생명유지와 성장, 정상적인 활동을 위해 필수적인 것이다. 건국 이후 한국정부는 이러한 삶의 기본욕구인 식량 공급과 식량안보를 위해 식량의 자급율을 높이기 위한 노력을 하여왔음에도 불구하고 현재 우리나라의 식량 자급율은 30% 정도이다.

식량 자원 중 현재 쌀만이 자급자족되고 있는 형편이고 보리는 소비의 감소로 70%정도의 자급율을 보이고 있는 현실이다(농림부 1999). 이러한 결과는 식량안보를 위해 주식인 쌀의 자급율을 유지하기 위한 정부의 부단한 노력의 결과로 볼 수 있다. 그러나 이로 인해 정부는 막대한 재정적자를 감수해 오고 있다. 그런데 최근 전국 농민 단체 협의회의 보고(전국 농민 단체 협의회 2001)에 의하면 올해 쌀 재고량은 1천 1백만 석을 넘을 것이며 내년도에 예상되는 재고량은 올해 생산이 평년 수준만 되어도 1천 5백만 석을 육박할 것이라고 한다. 이러한 현상 때문에 시중에서는 쌀 가격이 20% 이상 떨어질 것이라는 우려도 나오고 있으며 이러한 공급 과잉 문제의 만성화를 해결하기 위한 관련 부처들의 대안 마련이 분주한 모습이다.

이에 본 연구에서는 여러 가지 자료를 이용하여 1970년대 이후 쌀을 포함한 한국인의 식생활 양상의 변화를 관찰해 봄으로써 쌀 공급과잉의 원인을 찾아보아 쌀 소비 촉진을 위한 정책개발 및 국민 식생활 및 영양교육에 필요한 기초자료를 제공하고자 한다.

연구 내용 및 방법

1. 연구변수

종속변수는 쌀을 포함한 식품섭취량, 식품공급량, 상용식단유형이다(한국식품공업협회 1992; 한국식품공업협회 1991; 농촌진흥청 2000; 한국식품개발연구원 1990; 김우경 1992; 손경희 등 1988; 류은순 1993; 문현경 1994; 강인희 1993; 강인희 1984).

독립변수는 식품섭취량 및 쌀 소비에 영향을 줄 수 있는 인구학적 특성으로 성, 연령, 사회경제수준(소득, 교육 정도) 외에 지역과 계절이 포함되었다.

2. 연구자료

연구자료로는 1970년부터 1995년까지의 국민영양조사 보고서(보건복지부 1995)와 1998 국민건강·영양조사의 영양부분 보고서(보건복지부 1999a)와 계절별 결과 보고서(보건복지부 1999b), 식품수급표(한국농촌경제연구원 1970~1998)가 이용되었다. 식품수급표는 한국농촌경제 연구소가 발간하는 자료로써 1970년부터 1998년까지의 보고서가 이용되었다.

국민영양조사는 1998년 11월과 12월에 걸쳐 겨울철의 식이섭취 조사(보건복지부 1999b)가 수행되었으며, 1999년 3월(봄), 5월(여름), 9월(가을), 3차례에 걸쳐 계절별 조사가 수행되었다. 조사된 식이 자료로부터 영양소를 추정하는 과정에 식품분석표(농촌진흥청 1986)가 이용되었고 영양소 섭취 수준에 대한 평가는 한국인 영양권장량(한국영양학회 1995)과 비교하여 이루어져 있다.

3. 조사 대상 인구(국민영양조사)

본 연구의 대상자는 1998년 국민건강영양조사의 건강면

접조사(한국보건사회연구원 1999)에서 가구 기본 조사를 완료한 총 13,523 가구 가운데 비혈연 가구를 제외한 연계 조사 구역 4,395 가구 중 영양조사를 완료한 3,799 가구의 만 2세 이상 가구원 11,525 명이다.

4. 자료분석 및 통계처리

모든 자료 분석은 SAS 통계 Package를 이용하였다.

변수별 차이는 각각 1차 변수를 보정하여 일원 분산 분석으로 유의성을 검정하였다.

결 과

1. 한국인의 식품섭취 양상의 변화

1) 식품군별 섭취량의 변화

국민영양조사 결과 나타난 1970년 이후 지난 30년 간 한국인의 식품섭취양상의 변화는 Table 1에 나타난 바와 같이 식물성 식품의 섭취는 크게 양적 변화를 보이지 않으나, 동물성 식품은 70년대와 비교하여 90년대 말에는 약 3배나 되는 큰 증가를 보이고 있다.

특히 우유 및 낙농 제품의 섭취량은 약 1970년대에 비해 18배의 증가를 보이고 있다.

식물성 식품도 양적 변화는 크게 없으나 질적으로는 큰 변화를 보여 곡류, 두류, 감자류의 섭취량은 70년대에 비해 각각 64%, 58%, 61% 정도 밖에는 섭취하지 않는 수준이나 과일은 10배 이상의 높은 수준의 섭취를 하는 것으로 나타났다.

이러한 결과는 인구집단을 중심으로 한 지역사회 발전 과정에서 흔히 관찰되는 보편적 현상으로 국가의 발전이 진행되며 한국과 같이 급격히 경제 성장이 이루어지고 있는 나라에서 흔히 볼 수 있는 현상임을 Bourne 등(1998)은 지적하고 있다.

한편 Chenery 등(1975)은 이러한 현상이 국가발전이 완성될 때까지 사회경제 수준이 다른 계층간에 더 심화될 가능성이 있다고 경고하고 있다.

이러한 섭취량의 차이는 식이 섭취조사 방법에 의한 차이일 수도 있음을 여러 연구(한국식품연구소 1989 : Emrich 등 1989 : Mohamed 등 1983)지적한 바 있다.

2) 곡류 섭취량의 변화

Table 1에서 관찰한 바와 같이 곡류의 섭취량은 1970년대에 비해 60%수준으로 감소한 것을 알 수 있다. 이를 곡류 종류별로 보면 Table 2에 나타난 바와 같이 쌀의 소비가 70년대에 비해 68% 수준으로 감소된 것이 곡류 소비 감소

Table 1. Longitudinal changes in food consumption by food groups (unit : g)

Food groups	Year	'70	'80	'90	'98	Index(98/70)
Cereals and grain products		517	795	344	347	0.64
Purse and pulse products		53.1	46.9	58.1	31.0	0.58
Potatoes and Starches		59.8	35.8	43.1	36.6	0.61
Vegetables		295	301	281	284	0.96
Fruits		18.9	41.3	68.8	197.5	10.45
Seaweeds		2.4	1.5	6.0	7.7	3.21
Seasonings and beverages		16.9	36.6	34.7	116.0***	6.86
Oils(vegetable)		-	4.4	5.6	5.7	
Miscellaneous		0.0	0.0	9.4	17.5	
Total vegetable origins		953	963	850	1042.5	(1.09)
Meat and meat products		19.8	13.6	47.3	69.0	3.48
Eggs		8.8	8.3	19.5	22.5	2.56
Fish and shellfish		44.5	65.7	78.6	66.3	1.49
Milk and milk products		4.9	9.9	52.2	87.5	17.86
Oils(animal)		-	0.1	0.4	2.1	
Miscellaneous		4.2	0.0	0.0	0.1	
Total animal origins		82	98	198	247.5	(3.02)
Total		1035	1061	1048	1290.0	1.23
Vegetable foods		92.1	90.8	81.1	80.8	0.88
Animal foods		7.9	9.2	18.9	19.2	2.43

Source : Report of the National Nutrition Survey(1970 - 2000)
Ministry of Health and Welfare

Table 2. Longitudinal changes in cereal consumption by cereal kinds

Kind of cereal	Year				Index 1998/1983
	1976	1983	1990	1998	
Rice	290.9	405.3	318.5	271.0	0.68
Barley	121.9	25.4	3.4	4.3	0.17
Wheat flour	69.5	26.4	20.3	70.6	2.67
Corn	0.3	-	0.5	1.1	-
Miscellaneous	7.5	0.7	1.2	4.8	-
Total	490.1	457.8	343.8	347.0	

Table 3. Longitudinal changes in per capita rice supply and consumption

Variables	Year				Index (1998/1973)
	1973	1983	1990	1998	
Per capita supply	330.5	348.8	330.9	281.9	0.85
Per capita intake**	295.3	405.3	318.6	246.1	0.83
Balance (Supply-Intake)	35.2	-56.5	12.3	35.8	

unit : per capita(g)

를 주도하고 있으며 밀가루의 소비량은 오히려 267%나 증가된 것을 알 수 있다.

3) 쌀 소비와 공급의 변화

위에서 관찰한 바와 같이 쌀의 소비량은 1980년대 이후 감소되었으나 1970년대 초에는 낮은 수준의 섭취량을 보다가 1980년대에 갑자기 높아진 것을 알 수 있으며 80년대 이후 급격히 감소하고 있다. 그러나 공급량은 섭취량 감소 폭 보다 훨씬 낮게 감소됨을 보여 주어 이러한 소비와 공급의 불균형으로 인해 현재의 쌀의 과잉 공급현상이 야기되었음을 유추할 수 있겠다.

2. 요인별 쌀 소비 양상

쌀 소비 감소의 원인을 규명하기 위해 인구특성별, 지역별, 계절특성별로 섭취량의 차이를 관찰해 본 결과는 다음과 같다.

1) 인구 특성별 요인(성, 연령, 사회경제 수준)

Table 4에서 보여주는 바와 같이 성별로는 여자의 섭취량이 남자보다 낮다. 연령별로 보면 20대 이상의 성인의 경우 20대가 가장 낮은 섭취량을 보이고 50대까지 나이가 많아질수록 섭취량이 높아지는 경향을 보여 쌀 소비 감소의 원인 연령층으로는 40, 50대 보다 젊은 20, 30대 소비층의 낮은 섭취가 그 원인임을 유추할 수 있으며 영양소 권장량이 가장 높은 13~19세의 청소년기의 쌀 섭취량이 30대와 40대, 50대 보다 낮은 현상은 젊은 연령층일수록 쌀에 대한 선호도가 떨어지는 것을 알 수 있다. 이러한 결과는 같은 주

Table 4. Mean per capita consumption of rice by characteristics of person

Variables	(n)	Consumption (per capita : g)	Sig-nificance
Sex	Men	324.9 ± 5.1	***
	Women	256.2 ± 4.9	
	Total	271.0 ± 1.6	
Age	1 - 2	106.1 ± 5.1	***
	3 - 6	156.4 ± 3.6	
	7 - 12	231.0 ± 3.8	
	13 - 19	278.2 ± 4.9	
	20 - 29	264.4 ± 4.1	
	30 - 49	290.1 ± 3.6	
	50 - 64	312.8 ± 4.7	
	> 65	297.6 ± 7.5	
Total	271.0 ± 7.5		
Household income (10,000won)	< 50	(1673) 295.2 ± 4.4	***
	51 - 150	(3555) 270.1 ± 2.1	
	151 - 300	(1855) 254.9 ± 2.9	
	> 300	(250) 272.1 ± 8.2	
	Total	271.0 ± 1.6	
Education	No schooling	(847) 214.4 ± 3.5	***
	Elementary school	(1013) 287.2 ± 2.8	
	High school	(2546) 286.7 ± 2.8	
	College	(1592) 266.0 ± 3.8	
	Total	271.0 ± 1.6	
Occupation	Professional	292.3 ± 7.6	***
	Office worker	278.8 ± 6.1	
	Skilled worker	313.8 ± 3.3	
	Labores	320.6 ± 4.5	
	Total	271.0 ± 1.6	

Table 5. Per capita consumption of rice by place and season

Variables	Mean consumption (per capita : g)	Significance	
Place	Metropolitan area	231.6	*
	City	250.3	
	Village	272.8	
Season	Spring	249.4	**
	Summer	226.7	
	Autumn	235.6	
	Winter	246.1	

제에대한 문헌경 등(1991)의 선행 연구에서도 나타난 현실이다.

소득 수준별로는 50만원 이하의 저소득층의 쌀 섭취량이 가장 높고 151~300만원의 소득 계층에서 가장 낮은 섭취 수준을 보이고 있다. 직업별로는 전문직, 사무직 종사자가 숙련직, 비숙련직에 비해 낮은 섭취 양상을 보여 주고 있다.

Table 6. 30 Major menu patterns in the years 1990 and 1998

Consumption priorities	Year			
	1990		1998	
	Menu	Rate(%)	Menu	Rate(%)
1	Cooked rice + Kuk + Kimchi	4.52	Cooked rice + Noodles ± Kimchi	6.14
2	Noodles + Kimchi	4.30	Cooked rice + Tchigae ± Kuk ± Kimchi	5.80
3	Cooked rice + Kuk + Kimchi + Cooked vegetable salads	4.16	Bread ± Fruits	4.18
4	Cooked rice + Tchigae + Kimchi	3.74	Cooked rice + Kuk + Cooked vegetable salads + Kimchi	3.76
5	Cooked rice + Tchigae + Kimchi + Cooked vegetable salads	3.18	Bread + Beverage	3.00
6	Cooked rice + Kuk + Broiled foods + Kimchi	3.02	Bread + Milk + Fruits	2.38
7	Cooked rice + Kuk + Stir fried foods + Kimchi	2.13	Cooked rice + Tchigae + Pan fried foods + Kimchi	2.37
8	Cooked rice + Tchigae + Broiled foods + Kimchi	2.09	Cooked rice + Kuk + Broiled foods + Kimchi	2.11
9	Cooked rice + Noodles + Kimchi	2.04	Cooked rice + Tchigae + Broiled foods + Kimchi	2.06
10	Cooked rice + Kuk + Broiled foods + Cooked vegetable salads + Kimchi	2.00	Cooked rice + Kuk + Kimchi	1.97
11	Cooked rice + Kuk + Glazed foods + Kimchi	1.86	Cooked rice + Kuk + Broiled foods + Cooked vegetable salads + Kimchi	1.87
12	Cooked rice + Kimchi	1.35	Cooked rice + Kuk + Broiled foods + Glazed foods + Kimchi	1.56
13	Cooked rice + Tchigae + Stir fried foods + Kimchi	1.30	Cooked rice + Tchigae + Broiled foods + Cooked vegetable salads + Kimchi	1.55
14	Noodles	1.29	Cooked rice + Tchigae + Kimchi + Salt-fermented fish	1.52
15	Cooked rice + Tchigae + Broiled foods + Cooked vegetable salads + Kimchi	1.29	Cooked rice + Kuk + Broiled foods + Pan fried foods + Kimchi	1.50
16	Cooked rice + Tchigae + Glazed foods + Kimchi	1.20	Cooked rice + Kuk + Kimchi + Salt-fermented fish	1.43
17	Cooked rice + Cooked vegetable salads + Kimchi	1.13	Cooked rice + Kuk + Broiled foods + Stir fried foods + Kimchi	1.38
18	Cooked rice + Kuk + Pan fried foods + Kimchi	1.11	Cooked rice + Tchigae + Broiled foods + Glazed foods + Kimchi	1.26
19	Cooked rice + Kuk + Cooked vegetable salads + Kimchi	1.11	Cooked rice + Kuk + Pan fried foods + Kimchi	1.13
20	Bread	1.08	Cooked rice + Tchigae + Kimchi	1.11
21	Cooked rice + Broiled foods + Kimchi	0.93	Cooked rice + Kuk + Stir fried foods + Kimchi	1.07
22	Cooked rice + Kuk + Glazed foods + Cooked vegetable salads + Kimchi	0.92	Cooked rice + Kuk	1.03
23	Cooked rice + Kuk + Broiled foods + Stir fried foods + Kimchi	0.85	Cooked rice + Kuk + Glazed foods + Kimchi	1.01
24	Cooked rice + Kuk + Cooked vegetable salads + Kimchi	0.77	Cooked rice + Kuk + Glazed foods + Cooked vegetable salads + Kimchi	0.99
25	Cooked rice + Stir fried foods + Kimchi	0.76	Cooked rice + Kuk + Kimchi + Cooked vegetable salads	0.98
26	Cooked rice + Kuk + Broiled foods + Glazed foods + Kimchi	0.75	Bread + Milk	0.96
27	Cooked rice	0.73	Cooked rice + Tchigae + Broiled foods + Stir fried foods + Kimchi	0.92
28	Cooked rice + Kuk + Pan fried foods + Cooked vegetable salads + Kimchi	0.73	Cooked rice + Tchigae + Kimchi + Cooked vegetable salads	0.89
29	Cooked rice + Tchigae + Cooked vegetable salads	0.72	Cooked rice + Tchigae + Glazed foods + Kimchi	0.89
30	Cooked rice + Glazed foods + Kimchi	0.72	Cooked rice + Tchigae	0.88
Accumulated rate(%)		51.78		57.70

Table 7. 30 Major menu patterns of Koreans in breakfast, lunch and dinner in 1998

C · P	Consumption time					
	Breakfast		Lunch		Dinner	
	Menu	Rate(%)	Menu	Rate(%)	Menu	Rate(%)
1	Cooked rice+Noodles+Kimchi	14.83	Cooked rice+Noodles+Kimchi	13.86	Cooked rice+Noodles+Kimchi	11.94
2	Cooked rice+Tchigae+Stir fried foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	8.06	Cooked rice+Tchigae+Broiled foods+Stir fried foods+Kimchi	8.26	Cooked rice+Tchigae+Broiled foods+Stir fried foods+Kimchi	10.05
3	Cooked rice+Kuk+Cooked vegetable salads+Kimchi	7.75	Cooked rice+Tchigae+Kimchi+Salt-fermented fish	7.93	Cooked rice+Kuk+Cooked vegetable salads+Kimchi	9.1
4	Bread+Milk+Fruits	6.19	Cooked rice+Kuk+Broiled foods+Glazed foods+Kimchi	7.89	Bread+Milk+Meat and fish	7.74
5	Bread+Milk+Meat and fish	5.45	Cooked rice+Kuk+Cooked vegetable salads+Kimchi	7.25	Cooked rice+Tchigae+Stir fried foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	7.27
6	Cooked rice+Tchigae+Broiled foods+Stir fried foods+Kimchi	4.84	Cooked rice+Tchigae+Stir fried foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	5.83	Cooked rice+Kuk+Broiled foods+Glazed foods+Kimchi	7.2
7	Cooked rice+Kuk+Pan fried foods+Kimchi	4.82	Cooked rice+Kuk+Pan fried foods+Kimchi	3.05	Cooked rice+Tchigae+Kimchi+Salt-fermented fish	4.7
8	Cooked rice+Kuk+Broiled foods+Glazed foods+Kimchi	4.34	Bread+Milk+Meat and fish	4.03	Bread+Milk+Fruits	4.3
9	Cooked rice+Kuk+Broiled foods+Kimchi	4.12	Cooked rice+Tchigae+Broiled foods+Kimchi	3.05	Cooked rice+Kuk+Broiled foods+Kimchi	3.72
10	Cooked rice+Stir fried foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	3	Bread+Fruits	2.77	Cooked rice+Kuk+Stir fried foods+Kimchi	3.34
11	Cooked rice+Kuk+Broiled foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	2.88	Bread+Milk+Fruits	2.7	Cooked rice+Kuk+Pan fried foods+Kimchi	3
12	Bread+Fruits	2.47	Cooked rice+Kuk+Stir fried foods+Kimchi	2.59	Cooked rice+Tchigae+Broiled foods+Kimchi	1.99
13	Cooked rice+Kuk+Cooked vegetable salads	2.18	Cooked rice+Kuk+Broiled foods+Kimchi	2.16	Cooked rice+Tchigae+Glazed foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	1.72
14	Cooked rice+Tchigae+Broiled foods+Glazed foods+Kimchi	2.06	Cooked rice+Kuk+Broiled foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	2.09	Bread+Fruits	1.7
15	Cooked rice+Kuk+Stir fried foods+Glazed foods+Kimchi	1.95	Bread+Beverage	1.91	Cooked rice+Kuk+Broiled foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	1.68
16	Cooked rice+Kuk+Stir fried foods+Kimchi	1.92	Cooked rice+Tchigae+Pan fried foods+Kimchi	1.8	Bread+Beverage	1.64
17	Cooked rice+Tchigae+Glazed foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	1.82	Cooked rice+Stir fried foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	1.65	Cooked rice+Stir fried foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	1.6
18	Bread+Beverage	1.67	Cooked rice+Kuk+Kimchi+Salt-fermented fish	1.42	Cooked rice+Kuk+Kimchi+Salt-fermented fish	1.48
19	Cooked rice+Kuk+Kimchi+Salt-fermented fish	1.54	Cooked rice+Tchigae+Broiled foods+Glazed foods+Kimchi	1.41	Cooked rice+Kuk+Stir fried foods+Glazed foods+Kimchi	1.42
20	Cooked rice+Kuk+Kimchi	1.48	Cooked rice+Glazed foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	1.35	Cooked rice+Tchigae+Pan fried foods+Kimchi	1.14
21	Cooked rice+Tchigae+Pan fried foods+Kimchi	1.46	Cooked rice+Tchigae+Glazed foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	1.14	Cooked rice+Glazed foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	1.07
22	Cooked rice+Fruits+Oils	1.46	Bread+Sugars+Oils	1.11	Cooked rice+Kuk+Cooked vegetable salads	1.02

Table 7. Continue

C P	Consumption time					
	Breakfast		Lunch		Dinner	
	Menu	Rate(%)	Menu	Rate(%)	Menu	Rate(%)
23	Bread+Meat and fish	1.2	Bread+Fruits+Oils	1.1	Cooked rice+Tchigae+Broiled foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	0.99
24	Bread+Milk	1.13	Cooked rice+Kuk+Stir fried foods+Glazed foods+Kimchi	1.09	Cooked rice+Tchigae+Broiled foods+Glazed foods+Kimchi	0.95
25	Bread+Sugars+Milk	1.06	Cooked rice+Kuk+Cooked vegetable salads	1.05	Bread+Meat and fish	0.91
26	Cooked rice+Tchigae+Broiled foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	0.81	Cooked rice+Kuk	0.94	Bread+Sugars+Oils	0.81
27	Cooked rice+Tchigae+Kimchi+Salt-fermented fis	0.78	Bread+Meat and fish	0.95	Bread+Milk	0.8
28	Cooked rice+Glazed foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	0.76	Cooked rice+Tchigae+Broiled foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	0.8	Cooked rice+Kuk+Kimchi	0.79
29	Cooked rice+Kuk+Broiled foods+Pan fried foods+Kimchi	0.74	Cooked rice+Kuk+Kimchi	0.76	Cooked rice+Kuk+Glazed foods+Kimchi	0.79
30	Cooked rice	0.74	Cooked rice+Kuk+Broiled foods+Pan fried foods+Kimchi	0.64	Cooked rice+Kuk+Broiled foods+Pan fried foods+Kimchi	0.76

2) 지역 및 계절 특성별 요인

지역별로는 Table 5에서 보여주는 바와 같이 대도시 국민의 쌀 소비 수준이 중소도시나 읍면보다 낮은 경향을 보여 주고 있다. 이러한 현상은 1990년대의 자료분석결과(한국식품연구소 1990)에서도 관찰된바 있다.

계절별로는 여름의 섭취 수준이 가장 낮고 봄과 겨울이 가장 높으며 가을은 중간 수준을 보여주고 있다. 그러므로 섭취 수준이 가장 낮은 여름의 공급과잉이 더욱 심각할 가능성이 있다.

3. 한국인 상용식단의 변화

위에서 관찰한 쌀소비 감소가 실제로 가정에서 식단으로 는 어떤 양상으로 나타나는가를 관찰하기 위해 1988년과 1998년 국민영양조사상 나타난 30대 상용식단의 8년 간의 변화양상을 관찰한 결과는 다음과 같다.

1) 시계열별 상용식단의 변화

1990년대 초에는 한국인들이 가장 많이 섭취하는 식단은 Table 6에서 보여주는 바 와 같이 섭취량의 우선 순위를 중심으로 보았을 때 상위 10위 권에 드는 대부분의 식단이 밥과 반찬으로 이루어진 식단이다. 그러나 약 8년 후인 1998년 도 국민 영양조사 분석 결과는 우선 순위 상위 10위권에 드는 상용식단에 빵을 위주로 한 식단이 3위, 5위, 6위등 3가지나 들어 있을 정도로 밀가루를 중심으로 한 상용식단이 증가한 것을 볼 수 있다. 특히 22위를 보이는 밥+국 식단이

나 26위인 빵+우유의 섭취율을 비슷한 양(1.01% 대 0.96%)을 보여주고 있어 지난 10년간 한국인의 상용식단에 빵을 중심으로 한 식단의 커다란 증가양상을 보여 준다. 이러한 변화가 쌀 소비 감소로 이어지고 있음을 감지 할 수 있다.

2) 요인별 상용식단의 차이

위에서 관찰한 빵 위주의 상용식단이 늘어난 원인을 찾기 위해 상용식단의 섭취 분포를 끼니별, 인구 특성별, 지역별 계절별로 본 결과는 다음과 같다.

(1) 끼니별 30대 상용식단의 차이

끼니별 상용식단의 차이는 Table 7에서 보는 바와 같이 끼니의 구별 없이 가장 높은 우선 순위를 보인 상용식단은 밥+면+김치였다. 한편 아침 식사는 점심이나 저녁 식사보다 빵 위주의 식사가 4위, 5위 등의 높은 우선 순위를 나타내고 있다.

(2) 성별 30대 상용식단의 차이

남녀별로는 상용식단의 성별 차이는 Table 8에서 보는 바와 같이 빵+당류+유지류의 식사가 남자(4위)보다 여자(5위)에게서 더 높은 우선 순위를 보여주고 있다.

이와같은 현상은 여성들이 밥을 먹으면 살이 찐다는 잘못된 의식이 팽배해있는 인식(식생활개선법국민운동본부 1989; 식생활개선법국민운동본부 1992; 문현경 1991)과 무관하지 않다고 간주되며 특히 위에서 연령별 쌀소비 양상

Table 8. 30 Major menu patterns of Koreans by sex in 1998

C P	Sex			
	Male		Female	
	Menu	Rate(%)	Menu	Rate(%)
1	Tchigae+Stir fried foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	9.7	Cooked rice+Tchigae+Stir fried foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	10.5
2	Cooked rice+Tchigae+Broiled foods+Kimchi	8.6	Cooked rice+Tchigae+Broiled foods+Kimchi	7.6
3	Cooked rice+Kuk+Stir fried foods+Glazed foods+Kimchi	8.4	Cooked rice+Kuk+Stir fried foods+Glazed foods+Kimchi	6.9
4	Cooked rice+Kuk+Pan fried foods+Kimchi	5.3	Bread+Sugars+Oils	6.5
5	Bread+Sugars+Oils	4.7	Cooked rice+Kuk+Pan fried foods+Kimchi	4.7
6	Cooked rice+Glazed foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	3.5	Cooked rice+Glazed foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	4.5
7	Cooked rice+Tchigae+Glazed foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	3.3	Cereal+Milk+Fruits+Oils	3.6
8	Cereal+Milk+Fruits+Oils	2.9	Cooked rice+Tchigae+Glazed foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	2.9
9	Bread+Milk+Fruits	2.8	Cooked rice+Noodles+Kimchi	2.8
10	Cooked rice+Kuk+Broiled foods+Kimchi	2.8	Bread+Milk+Fruits	2.8
11	Cooked rice+Kuk+Kimchi	2.7	Cooked rice+Kuk+Broiled foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	2.7
12	Cooked rice+Noodles+Kimchi	2.4	Cooked rice+Kuk+Kimchi	2.2
13	Bread+Milk	2.3	Cooked rice+Kuk+Cooked vegetable salads	2.0
14	Cooked rice+Kuk+Broiled foods+Pan fried foods+Kimchi	2.3	Cooked rice+Stir fried foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	1.8
15	Bread+Sugars+Milk	2.1	Bread+Sugars+Milk	1.8
16	Cooked rice+Kuk+Cooked vegetable salads	2.0	Bread+Milk	1.8
17	Cooked rice+Stir fried foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	1.9	Cooked rice+Kuk+Glazed foods+Kimchi	1.8
18	Cooked rice+Kuk+Glazed foods+Kimchi	1.8	Cooked rice+Kuk+Broiled foods+Pan fried foods+Kimchi	1.8
19	Cooked rice	1.7	Cooked rice+Kuk+Cooked vegetable salads+Kimchi	1.7
20	Bread+Fruits+Oils	1.5	Cooked rice+Tchigae+Broiled foods+Glazed foods+Kimchi	1.6
21	Cooked rice+Kuk	1.4	Cooked rice	1.6
22	Cooked rice+Tchigae+Broiled foods+Glazed foods+Kimchi	1.4	Cooked rice+Tchigae+Pan fried foods+Kimchi	1.5
23	Cooked rice+Kuk+Broiled foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	1.4	Cereal+Milk+Meat and fish+Oils	1.4
24	Cooked rice+Tchigae+Pan fried foods+Kimchi	1.4	Bread+Milk+Meat and fish	1.4
25	Bread+Milk+Vegetables	1.3	Bread+Fruits	1.4
26	Cooked rice+Tchigae+Kimchi+Cooked vegetable salads	1.2	Cooked rice+Kuk+Broiled foods+Cooked vegetable salads+Kimchi	1.3
27	Bread+Fruits	1.2	Cooked rice+Kuk	1.2
28	Cooked rice+Kuk+Kimchi+Salt-fermented fish	1.2	Bread+Beverage	1.2
29	Cooked rice+Kuk+Cooked vegetable salads+Kimchi	1.2	Bread+Milk+Vegetables	1.1
30	Cereal+Milk+Fruits	1.2	Bread+Fruits+Oils	1.1

에서도 나타난 바와 같이 젊은 층의 쌀소비현상을 고려하며 젊은 여성인구의 쌀소비 감소가 전체적인 쌀소비감소의 원인을 제공하는 부분임을 본연구결과는 시사하고 있다.

요약 및 결론

이상의 결과를 요약해보면 1970년 이후 지난 30년간 한국인의 식품섭취 경향은 크게 변한 것을 알 수 있다. 식품군별 섭취양상의 변화로는 식물성식품의 전체 섭취는 크게 변하지 않았으나 동물성 식품의 섭취는 3배 이상 증가하여 동물성 식품이 한국인 식사에서 차지하는 비율이 크게 늘어났다.

그러나 식물성 전체 섭취량은 크게 변하지 않았으나 식물성 식품의 종류별로는 큰 차이가 나서 곡류, 두류, 감자류의 섭취는 70년대에 비해 60% 정도밖에 섭취하고 있지 않으나, 과일류의 경우는 70년대에 비해 10배나 많은 양을 섭취하는 것으로 나타났다.

곡류 섭취량의 감소는 쌀과 보리가 주도하고 있었으며 밀가루의 소비량은 오히려 2배 이상 늘었다. 이렇게 쌀의 소비량이 감소하고 있으나 정부의 정책은 식량안보의 차원에서 생산량을 유지하므로 쌀의 공급은 크게 줄지 않고 있다. 이러한 소비와 공급의 차이로 현재 쌀의 공급과잉 현상이 나타나고있다고 간주된다.

쌀의 소비 감소 원인을 규명하기 위해 인구특성별, 지역별, 계절별로 분석해본 결과 연령별로는 20대 이하 젊은층의 쌀 소비량 감소가 전체 소비량 감소의 한 원인으로 나타났으며 중간소득 계층이 저소득층이나 고소득층에 비해 쌀 섭취수준이 낮았으며 숙련직, 비숙련직 보다는 전문직이나 사무직 종사자의 섭취수준이 낮았다.

이러한 쌀 소비감소 양상을 상용식단의 변화를 통해 살펴본 결과 1990년대 초에는 대부분의 상용식단이 밥을 중심으로 구성되었으나, '90년대 말에는 빵 위주의 식단이 높은 우선순위를 보이고 있음이 관찰되었다. 이러한 현상은 세끼 중 아침식사에서 심하게 나타났으며 남성보다는 여성에게서 더욱 두드러지게 나타났다.

그러므로 쌀의 소비촉진을 위해서는 밥 위주의 아침식사를 할 수 있는 간편한 아침식사의 개발과 체중 조절 등에 민감한 젊은 여성들을 대상으로 밥 식사와 체중조절과의 올바른 관계를 인식시켜주는 영양교육이 필요함을 본연구 결과는 시사하고 있다.

참고문헌

강인희(1993) : 한국식생활사, pp.318-322. 삼영사, 서울
 강인희 · 이경복(1984) : 한국식생활 풍속, pp.44-45. 삼영사, 서울
 농림부(1999) : 전체 양곡 수급표
 농촌진흥청(2000) : 제 4 차년도 농촌 식생활 향상을 위한 식생활 평가 시스템
 문헌경(1991) : 청년층과 노년층에서의 영양소섭취량의 분포와 식별 섭취비율에대한 연구. *대한보건협회지* 17(1) : 105-117
 문헌경(1994) : 우리음식의 국제화를 위한 식단의 표준화. *식품과학과 산업* 27(2) : 138-154
 보건복지부(1984) : 식품군별 섭취량의 연차적 추이, pp.36-37, 국민영양조사보고서, 1980-1981
 보건복지부(1984) : 식품군별 섭취량의 연차적 추이, pp.76, 국민영양조사보고서, 1982-1983
 보건복지부(1990) : 식품군별 섭취량의 연차적 추이, pp.38-40, 국민영양조사보고서, 1990
 보건복지부(1995) : 식품군별 섭취량의 연차적 추이, pp.46-47, 국민영양조사보고서, 1993
 보건복지부(1997) : 식품군별 섭취량의 연차적 추이, pp.60-63, 국민영양조사보고서, 1995
 보건복지부(1999a) : '98 국민건강 · 영양조사. 영양조사부분
 보건복지부(1999b) : '98국민건강 · 영양조사. 계절별 영양조사
 보건복지부(1999c) : '98국민건강 · 영양조사. 건강면접조사
 식생활개선법국민운동본부(1989) : 국민식생활의식구조조사
 식생활개선법국민운동본부(1992) : 국민식생활의식구조조사 보고서
 전국 농민 단체 협의회(2001) : 전환기 양곡 정책 모색 토론회 초록
 한국식품공업협회(1992) : 국민균형식 개발을 위한 연구. 한국 식품연구소
 한국식품공업협회(1991) : 국민 영양조사 개선 방안 연구 한국 식품연구소.
 한국식품연구소(1990) : 국민영양조사에 의한 한국인의 영양상태추이
 한국식품연구소(1989) : 국민영양개선방안 연구
 한국영양학회(1995) : 한국인 영양권장량 제 6 개정판
 한국식품개발연구원(1990) : 한국인의 식생활 현황과 평가에 관한 연구
 한국농촌경제연구원(1997) : 1인 1일 당 식품공급량, pp.26-29, 식품수급표
 Bourne GH(1998) : Sociological and medical aspect of nutrition, Karger, pp.20-28, Muchen
 Chenery H, Syguin M(1975) : Patterns of Development 1950-1970, Oxford University press, UK
 Emrich LJ, Dennison D, Dennison KF(1989) : Distribution shape of nutrition data. *J Am Diet Assoc* 89 : 665-670
 Mohamed El Logy(1983) : Dietary variability and its impact on nutritional Epidemiology. *J Chro* 36 : 237-249