

주부들의 식용유지류 이용의식 및 사용실태*

A Study on the Utilization Pattern and the Perception of Housewives about Edible Oil & Fats*

우석대학교 식품영양학과
부교수 윤계순

Dept. of Food and Nutrition, Woo Suk University
Associate Professor : Yoon, Gye Soon

● 목 차 ●

- | | |
|---------------|-------------|
| I. 서론 | IV. 요약 및 결론 |
| II. 연구내용 및 방법 | 참고문헌 |
| III. 결과 및 고찰 | |

< Abstract >

This study was carried out to obtain the information concerning the perception and utilization pattern of the housewives about the edible oil and fats. Data were obtained through questionnaires from 442 housewives in Chonbuk area. The eating frequency of food that used oil & fats was affected by age, residing area and educational level. Family's preference score of food that used oil & fats was 3.34 point in the 5 point scale. 49% of the subjects answered that the intake rate of oil & fats had more from vegetable oils than animal sauces. Most of the subjects had negative response such as increased cholesterol and body weight for psychological state after the intake of food that used oil & fats. The main reason why some housewives did not use frequently oil & fats was inconvenience of tidying up. The kinds of the oil & fat used frequently were soybean oil, sesame oil, corn oil and perilla oil. The nutrition knowledge score related to oil & fat was 7.62 point in the 10 point scale. The eating frequency of food that used oil & fats and its preference were positively correlated. These results indicate that the housewives have a widespread tendency to pursue a health and convenience in the utilization of edible oil & fats.

주제어(Key Words): 식용유지류(edible oil and fat), 사용실태(utilization pattern), 기호(preference), 영양 지식(nutrition knowledge)

* 이 논문은 2000년도 우석대학교 학술연구비에 의하여 연구되었음

I. 서론

근래에 들어 우리의 경제수준이 향상되고 외래문물의 유입이 증가되는 등 생활환경 변화로 전통적인 식품소비 패턴은 많은 변화를 받아 왔다. 특히 육류 및 유제품 등의 축산물의 소비증가와 더불어 식용유지나 각종 유지가공식품의 소비도 증가하고 있다.

한국인의 1인 1일 지방 섭취량은 1970년 17.2g에서 1995년 38.5g으로 2배 이상 늘어났고 유지류의 섭취량 역시 1974년 2.4g에서 1995년 7.5g으로 3배 이상 증가하였다(보건복지부, 1997). 1997년도 유지류의 총공급량은 1인 1일당 41.6g으로 전년도보다 55% 증가하였고 매년 증가하는 추세를 보이고 있다. 그 중에서 식물성 유지는 1일 39.7g이 공급되어 전년도보다 9.9%나 증가하였다(한국농촌경제연구원, 1999).

유지류는 식품조리와 영양면에서 다양한 역할을 한다. 식품의 보습성과 관련되어 맛을 좋게하고 고온으로 가열될 수 있어 좋은 열전달 매체가 된다. 체내에서는 농축된 열량원으로서 중요할 뿐 만 아니라 구성 지방산에 따라 그 영양효과가 상당히 다르다. 포화지방산은 LDL-cholesterol치를 높이지만 고급불포화지방산 및 단일불포화지방산의 경우 혈중 LDL-cholesterol을 저하시켜 순환계 질병의 예방과 치료에 있어서 중요한 역할을 한다고 알려져 있다(Trichopoulou, & Lagiou, 1977). 이 같은 사실의 인식과 건강에 관한 관심이 높아짐에 따라 일본에서는 단일불포화지방산의 함량이 높은 올리브유의 소비가 급격히 늘고 있는 추세를 보이고 있다(日本調理科學會, 2000). 또한 최근 상품들이 소량 개별화, 다양화되는 추세에 맞춰 외국에서는 작은 용량 단위로 여러 종류의 양념이 가미된 flavoured oil 같은 gourmet oil 들이 생산되어 소비자들의 유지 선택의 폭을 넓혀 주고 있다(Sara Latta, 2000).

우리나라에서는 현재 총 에너지 섭취비율 중 지질로부터 공급받는 비율이 20%를 넘지 않고 있고 각 지방산의 섭취비율도 바람직한 수준으로 나타나고 있는 있으나 식사경향이 급격하게 서구화 되어가고

있기 때문에 지방질의 기능인식 및 섭취내용에 관심을 기울일 필요가 있다(안명수, 1998 : 이양자, 1990).

집단급식소에서의 식용유 소비실태가 최근에 조사되었고(홍미예, 최은옥 1998), 가정에서의 유지류의 이용에 관한 조사 연구도 관리와 섭취실태(김인숙, 1987 : 김정희, 1984), 튀김유의 이용도(김영민, 1977) 등을 중심으로 일부 이루어졌으나 이들 자료가 13년-23년 전의 것으로서 현재 우리의 식생활 자료로 활용하기에는 적절치 않은 것으로 보인다.

따라서 본 연구는 오늘날 급변하는 식생활 환경에서 식용유지의 이용의식과 이용·관리실태를 조사하여 식용유지 사용에 있어서 변화상태를 파악하고 현재의 식용유지류 이용에 대한 기초자료로서 활용하고자 하였다.

II. 연구내용 및 방법

1. 조사대상 및 방법

조사지역은 전북 전주, 군산, 익산시 및 이 도시 주변의 농촌지역으로 이곳에 거주하는 주부를 대상으로 하였다. 어린이집, 유치원, 초, 중, 고등학교, 그리고 대학에서 1학급씩을 임의로 선정하여 812명의 학생들에게 설문지를 배부하고 어머니로 하여금 작성토록 하여 회수하였다. 연구의 도구는 기존문헌을 참고하여 본 연구자에 의해 목적에 맞게 임의로 고안한 문항으로 이루어진 설문지를 이용하였으며 설문지의 타당도를 높이기 위해 조사대상지역의 일부인 전주지역 거주자들에게 예비조사를 실시한 후 문항을 보완 수정하였다.

2. 조사내용 및 자료분석

조사대상자의 일반사항으로 주부의 연령, 교육수준, 거주지역, 월수입, 직업유무, 가족구성인 형태, 주부의 건강상태 그리고 체형상태 등을 알아 보았다.

식용유지 이용의식 및 이용실태에 관한 사항으로, 유지류 사용음식에 대한 사용빈도, 가족과 주부의

기호도, 유지함유식품을 포함한 동·식물성유지의 섭취비율과 섭취비율에 관심을 기울이는 정도, 유지류 사용계획, 식용유지 구입실태, 유지류 섭취시 느낌, 유지류를 사용하는 조리법 및 각종 유지류 이용빈도를 조사하였다.

이 중 기호도(아주 싫어함-1점, 아주 좋아함-5점), 섭취빈도(전혀 섭취하지 않음-1점, 1주일에 1번정도-2점, 1주일에 3-4번-3점, 1일에 1번정도-4점, 매끼마다 섭취 5점) 유지류 섭취급원에 대한 관심정도(전혀없다-1점, 아주많다-5점)는 5점척도법으로 실시하였다. 유지류에 관련된 영양, 관리 등의 지식을 알아 보기 위하여 유지류 급원에 따른 체내역할, cholesterol급원, 튀김 후의 올바른 기름처리 방법, 유지류에서 얻는 열량 등의 내용으로 10문항을 제시하여 10점 만점으로 하였다.

설문지의 배부 및 회수는 2000년 6월 8일-20일에 걸쳐 행해졌으며 442부(회수를 544%)의 설문지를 통계처리의 자료로 사용하였다. 조사대상자의 일반 환경은 빈도와 백분율로 나타냈으며 일반 사항에 따른 식용유지의 이용실태는 χ^2 -test, ANOVA, T-test, Pearson의 Correlation으로 분석하였고 ANOVA 결과 유의적 차이가 있는 것은 Duncan's multiple range test 하였다.

III. 결과 및 고찰

1. 조사대상자의 일반사항

조사대상의 일반사항은 <표 1>과 같다. 연령분포는 전체 442명중 20대가 4.8%, 30대가 47.1%, 40대가 45.5% 그리고 50대가 2.7%로 나타났으며 전업주부는 63.8%, 자영업소를 운영하는 주부는 12.7%, 직장에 근무하는 경우는 23.5%이었다. 이들의 거주지는 도시지역이 61.5%로 농촌지역보다 많았고 교육수준은 초등학교이하의 학력소지자가 3.6%, 중·고등학교 졸업의 학력이 67.8%로 가장 많았다. 또한 한달 평균소득이 200만원 이하인 경우가 67.2%이었고 201만원 이상이 32.8%로 나타났으며 이들의 가족형태는

<표 1> 조사대상자의 일반사항

항 목	구 분	빈 도(%)
연 령	≤29	21(4.8)
	30~39	208(47.0)
	40~49	201(45.5)
	50≤	12(2.7)
	계	442(100.0)
취업형태	전업주부	282(63.8)
	자 영 업	56(12.7)
	직장근무	104(23.5)
	계	442(100.0)
거 주 지	도 시	270(61.5)
	농어촌	169(38.5)
	계	439(100.0)
교육수준	초등졸이하	16(3.6)
	중 고 졸	299(67.8)
	대졸이상	126(28.6)
	계	441(100.0)
월 수 입 (₩10,000)	≤100	65(14.9)
	101~200	229(52.3)
	201~300	113(25.9)
	301≤	30(6.9)
	계	437(100.0)
가족형태	핵 가족	376(87.0)
	확대가족	56(13.0)
	계	432(100.0)

핵가족이 87.0%로 대부분을 차지하였다.

2. 유지류의 이용의식 및 이용실태

1) 식용유지류 사용음식의 이용빈도 및 기호도

식용유지류를 사용한 음식의 이용빈도, 가족 및 본인의 기호도를 5점척도법으로 조사하여 <표 2>에 제시하였다. 이용빈도 평균은 3.12로 나타났는데 연령별로는 30대가 유의적으로 높았다. 정효숙(1999)의 보고에서도 30대 남자의 경우 기름조리음식의 섭취빈도가 높음이 보고되었다. 거주지에 따라서는 도시지역이 유의적으로 높은 값을 보였고 교육수준이 높을수록 높은 점수를 보였다. 주부의 취업상태, 월수입 수준 그리고 가족의 형태에 따라서는 유의

〈표 2〉 식용유지류 사용음식의 이용빈도 및 기호도

항 목	구 분	이용빈도	가족의 기호도	주부 기호도
연 령	≤29	2.80±0.83a	3.33±0.48	3.14±0.79
	30~39	3.20±0.72b	3.39±0.69	3.04±0.67
	40~49	3.08±0.69ab	3.30±0.69	2.95±0.81
	50≤	2.83±0.58ab	3.17±0.72	2.75±0.62
	F값	4.110**	1.123	1.489
취업형태	전업주부	3.16±0.72	3.33±0.68	2.98±0.78
	자 영 업	3.06±0.63	3.38±0.68	3.00±0.60
	직장근무	3.05±0.73	3.34±0.71	3.03±0.71
	F값	1.115	0.083	0.176
거 주 지	도 시	3.27±0.71	3.36±0.71	3.04±0.67
	농어촌	2.93±0.70	3.31±0.69	2.93±0.65
	T값	2.030*	0.731	1.485
교육수준	초등졸이하	2.81±0.54a	3.00±0.63a	2.81±0.75
	중 고 졸	3.09±0.68ab	3.30±0.67b	2.96±0.71
	대졸이상	3.23±0.78b	3.47±0.71b	3.10±0.81
	F값	4.621**	7.213**	1.521
월 수 입 (₩10,000)	≤100	2.98±0.65	3.23±0.58	2.86±0.71
	101~200	3.12±0.69	3.32±0.71	2.96±0.74
	201~300	3.17±0.73	3.42±0.68	3.13±0.71
	301≤	3.17±0.87	3.40±0.77	2.93±0.74
	F값	1.003	1.145	2.237
가족형태	핵 가 족	3.11±0.71	3.33±0.69	3.00±0.75
	확대가족	3.18±0.66	3.44±0.69	2.93±0.74
	T값	-0.627	-1.102	0.70
평	균	3.12±0.71	3.34±0.69	2.99±0.74

** : p<0.01 * : p<0.05

적인 차이가 없었다.

유지류음식에 대한 가족의 평균 기호도는 3.34로 연령이나 취업상태, 거주지, 월수입 및 가족형태에 따라서 거의 차이가 없었으나 교육수준에서 초등학교 졸업이하의 학력을 가진 응답자보다 중고등학교 졸업 이상수준인 경우 유의적으로 더 높은 기호도를 보였다. 주부의 평균 기호도는 2.99로 가족의 기호도보다 낮은 점수를 보였고 응답자의 일반사항에 따른 차이없이 비슷한 점수로 나타났다. 일반적으로 식품에 대한 기호성은 식품의 섭취빈도에 직접적으로 영향을 주는 것으로 알려져 있다(坂本元子, 1975 : 윤계순, 우자원 1999).

2) 유지류급원에 따른 섭취상태 및 관심도

유지류 및 유지함유식품 중 동·식물성 및 생선에서의 섭취비율 및 그에 대한 관심도를 나타낸 결과는 〈표 3〉, 〈표 4〉와 같다. 전체적으로 식물성에서의 섭취비율이 49.7%로 가장 높게 나타났고 동물성과 식물성의 섭취균형이 잘 맞는다는 응답도 28.1%를 보인 반면 동물성의 섭취비율이 높은 경우는 13.9%이었다. 동물성 지방보다 식물성유지의 섭취비율이 더 높다고 응답한 비율이 85.8%이었던 김인숙(1987)의 조사결과와 비교할 때 최근 육류의 섭취증가로 인해 동물성지방의 섭취비율이 크게 높아진 것으로 보인다. 연령이 증가할수록 식물성 섭취비율이

〈표 3〉 유지류 급원에 따른 섭취상태

항 목	구 분	식물성의 섭취비율이 높다	동물성의 섭취비율이 높다	생선유의 섭취비율이 높다	동·식물성 균형섭취	거의 섭취하지않음	χ^2
연 령	≤29	5(25.0)	6(30.0)	4(20.0)	5(25.0)	0(0.0)	30.455***
	30~39	93(44.7)	28(13.5)	14(6.7)	72(34.6)	1(0.5)	
	40~49	114(56.7)	27(13.4)	12(6.0)	45(22.4)	3(1.5)	
	50≤	7(58.3)	0(0.0)	2(16.7)	2(16.7)	1(8.3)	
	계	219(49.7)	61(13.8)	32(7.3)	124(28.1)	5(1.1)	
취업형태	전업주부	128(45.6)	32(11.4)	21(7.5)	96(34.2)	4(1.4)	19.492**
	자영업	33(58.9)	7(12.5)	4(7.1)	12(21.4)	0(0.0)	
	직장근부	58(55.8)	22(21.2)	7(6.7)	16(15.4)	1(1.0)	
	계	219(49.7)	61(13.8)	32(7.3)	124(28.1)	5(1.1)	
거 주 지	도시	129(47.8)	37(13.7)	21(7.8)	81(30.0)	2(0.7)	2.957
	농어촌	89(53.0)	24(14.3)	11(6.5)	41(24.4)	3(1.8)	
	계	218(49.8)	61(13.9)	32(7.3)	122(27.9)	5(1.1)	
월 수 입 (₩10,000)	≤100	35(53.8)	6(9.2)	6(9.2)	18(27.7)	0(0.0)	11.494
	101~200	111(48.5)	28(12.2)	16(7.0)	72(31.4)	2(0.9)	
	201~300	57(50.9)	21(18.8)	6(5.4)	26(23.2)	2(1.8)	
	301≤	14(46.7)	5(16.7)	4(13.3)	6(20.0)	1(3.3)	
	계	217(49.8)	60(13.8)	32(7.3)	122(28.0)	5(1.1)	
가족형태	핵가족	179(47.6)	54(14.4)	29(7.7)	109(29.0)	5(1.3)	4.303
	확대가족	34(60.7)	7(12.5)	2(3.6)	13(23.2)	0(0.0)	
	계	213(49.3)	61(14.1)	31(7.2)	122(28.2)	5(1.2)	

*** : p<0.001 ** : p<0.01

유의적으로 높게 나타났고 직장에 근무하는 주부의 가정에서는 동물성유지의 섭취비율이 높고 동, 식물성의 균형 섭취 비율은 전업주부의 경우보다 낮았다. 거주지, 월수입 수준, 핵가족이나대가족 사이에는 유의적인 차이가 없었다. 동·식물성 등의 유지류 급원에 따른 섭취비율에 대해 관심을 갖는 정도는 전체 평균 2.60으로 나타났고 50대 이상의 연령에서 유의적으로 관심이 높았다. 취업상태, 거주지, 교육수준 등의 부분에서는 차이를 보이지 않았다.

3) 유지류 음식 마련시기 및 자주 이용하는 이유

유지류 음식을 주로 마련하는 시기와 자주이용 및 이용하지 않는 이유를 〈표 5〉 〈표 6〉에 제시하였다. 주로 저녁에 마련한다고 응답한 주부는 52.0%이었고 간식 때는 23.1%, 점심에는 13.5%, 아침에는

11.4%로 김인숙(1987), 김영민(1977)의 튀김음식 마련 결과와 같이 주로 저녁과 간식 때에 많이 이용하는 것으로 나타났다. 아침에 마련하는 비율은 김인숙의 조사결과 19.6%보다 낮았는데 이는 아침에 도시락반찬을 만들 때 유지류를 흔히 사용하는데 최근들어 학교급식의 확대 실시로 도시락을 준비하는 비율이 줄어들었기 때문으로 생각된다. 연령별로 20대는 점심때에 높은 이용율을 보이고 3, 40대에서 간식으로의 이용율이 높았다. 이러한 결과는 이들 연령대의 주부들이 간식을 필요로 하는 자녀를 둔 것에 기인한 것으로 볼 수 있겠다. 취업형태 별로는 자영업주부들의 경우 점심에 유지류 사용 음식을 많이 이용하는 것으로 나타났다. 거주지, 소득수준 및 가족형태에 따라서는 유의적인 차이가 없었다.

가정에서 유지류를 사용하는 음식을 자주 만드는

〈표 4〉 유지류 급원의 섭취비율에 대한 관심도

항 목	구 분	관심정도
연 령	≤29	2.47±0.81 ^a
	30~39	2.57±0.91 ^a
	40~49	2.59±0.93 ^a
	50≤	2.93±1.07 ^b
	F값	3.052*
취업형태	전업주부 자 영 업 직장근무	2.60±1.01 2.52±0.97 2.61±0.92
	F값	0.167
거 주 지	도 시 농어촌	2.60±0.62 2.58±0.52
	T값	0.251
교육수준	초등졸 이하	2.50±0.97
	중 고 졸	2.53±0.92
	대졸 이상	2.75±1.11
	F값	0.312
월 수입 (₩10,000)	≤100	2.75±0.92
	101~200	2.57±0.99
	201~300	2.51±0.94
	301≤	2.67±1.21
	F값	0.916
가족형태	핵 가족 확대가족	2.58±0.96 2.59±1.12
	T값	-0.48
	평 균	2.60±0.98

* : p<0.05

경우 '가족이 좋아하기 때문에 자주 조리한다'고 응답한 비율이 48.5%로 가장 많아 유지류 사용빈도가 가족의 선호도와 관계가 큼을 알 수 있다. 조리가 간편하기 때문이라는 비율도 38.3%로 나타났다. 농촌 거주자 가정에서 영양적이기 때문이라는 이유가 도시거주자보다 유의적으로 더 높았고 가족의 기호 때문이라는 이유는 도시지역의 가정에서 더 높았다. 확대가족이나 핵가족 모두 가족의 선호도가 유지류를 자주 사용하는 이유로 나타났고 연령별, 교육수준에 따라서는 차이가 없었다. 유지류 사용음식을 자주 이용하지 않는 이유로 '가족이 싫어하기 때문' 보다는 '뒤처리가 복잡하기 때문'이 39.5%로 가장

많아 일부 응답자의 경우 조리의 간편성 추구의 추세를 보여주었다. 연령, 거주지, 가족형태에 따라서는 차이가 없었으나 교육수준별로는 대졸이상의 경우 '살이 찌기 때문'이라는 응답이 높아 이들에게 있어서 유지류는 체중증가를 가져오는 식품으로 인식하고 있는 것을 볼 수 있다.

4) 유지류 구입시 고려사항, 섭취시 느낌 및 사용량 조절계획

유지류 구입시 고려하는 사항, 유지류 섭취시 느낌과 유지류 사용량 조절계획을 조사한 결과는 〈표 7〉과 같다. 연령, 거주지 등 일반사항의 모든 수준에서 응답율에 유의적인 차이가 없었기 때문에 빈도와 %만으로 나타내었다. 유지류 구입시에 가장 먼저 고려하는 부분은 제조년월일, 건강에 좋은 것, 제조회사, 가격 그리고 풍미 순으로 나타나 유지류 선택에서 건강지향적이 되어감을 알 수 있다. 일부 단체급식소에서 제시된 선택기준은 품질, 상표, 가격 순이었고(홍미에 등, 1998) 최근 일본에서 조사된 식용유 선택기준을 보면 가격, 油의 종류, 제조년월일, 건강에 좋은 것, 튀김에 적당한 것, 선물, 풍미 등의 순으로 나타난 바 있다(일본조리과학회, 2000). 유지류 섭취시 느낌으로 cholesterol 증가가 염려된다고 응답한 비율이 62.1%를 나타내 cholesterol에 대해 민감한 반응을 보이는 것으로 나타났다. '체중증가가 염려된다'는 18.1%이었고 '만복감과 스태미나 증진느낌'은 27%로 유지류 섭취에 대해서 부정적인 인식이 높음을 볼 수 있다. 유지류 사용량의 조절계획은 현재상태로 유지할 것이라는 비율이 50.4%이었는데 김인숙(1987)의 조사에서 응답자의 67.2%가 현재와 같은 양으로 사용하겠다고 응답한 비율보다 다소 감소된 결과를 보였다. 〈표 3〉에서 동물성의 섭취비율이 높다고 응답한 비율과 비슷한 감소율이었다. 1995년 국민영양조사결과(1997) 지방 섭취량은 1인 1일당 평균 38.5g으로 식물성식품에서 53.2%, 동물성식품에서 46.8%를 공급받는 것으로 나타났다 총 에너지섭취량 중 지방에서 얻는 비율은 19.1%로 바람직한 수준이지만 본 조사결과 급원에 관계없이 줄이겠다는 비율은 12.5%, 현재보다 식물

<표 5> 유지류음식 마련시기

일반사항		아침	점심	저녁	간식	χ^2
연령	≤29	4(19.0)	6(28.6)	10(47.6)	1(4.8)	19.066*
	30~39	21(10.1)	20(9.6)	124(59.6)	43(20.7)	
	40~49	25(12.4)	33(16.4)	89(44.3)	54(26.9)	
	50≤	1(8.3)	1(8.3)	6(50.0)	4(33.3)	
	계	51(11.5)	60(13.6)	229(51.8)	102(23.1)	
취업형태	전업주부	31(11.0)	33(11.7)	153(54.3)	65(23.0)	12.909*
	자영업	7(12.5)	15(26.8)	19(33.9)	15(26.8)	
	직장근무	13(12.5)	12(11.5)	57(54.8)	22(21.2)	
	계	51(11.5)	60(13.6)	229(51.8)	102(23.1)	
거주지	도시	26(9.6)	38(14.1)	139(51.5)	67(24.8)	3.934
	농어촌	25(14.8)	21(12.4)	90(53.3)	33(19.5)	
	계	51(11.6)	59(13.4)	229(52.2)	100(22.8)	
가족형태	핵가족	42(11.2)	51(13.6)	200(53.2)	83(22.1)	1.921
	확대가족	6(10.7)	7(12.5)	26(46.4)	17(30.4)	
	계	48(11.1)	58(13.4)	226(52.3)	100(23.4)	

* : p<0.05

<표 6> 유지류사용음식을 자주 이용 및 이용하지 않는 이유

항목	구분	자주 이용하는 이유				자주 이용하지 않는 이유			
		영양적	가족선호	조리간편	기타	시간없음	체중증가	뒤처리부담	가족이 싫어함
연령	≤29	0(0.0)	5(35.7)	9(64.3)	0(0.0)	2(28.6)	2(28.6)	3(42.9)	0(0.0)
	30~39	8(5.0)	78(48.8)	66(41.3)	8(5.0)	6(12.5)	14(29.2)	21(43.8)	7(14.6)
	40~49	18(12.8)	69(48.9)	46(32.6)	8(5.7)	7(12.3)	16(28.1)	20(35.1)	14(24.6)
	50≤	0(0.0)	5(50.0)	4(40.0)	1(10.0)	0(0.0)	0(0.0)	1(50.0)	1(50.0)
	계	$\chi^2 = 13.450$				$\chi^2 = 6.434$			
거주지	도시	11(5.8)	96(50.5)	69(36.3)	14(7.4)	9(11.3)	27(33.8)	32(40.0)	12(15.0)
	농어촌	15(11.2)	61(45.5)	55(41.0)	3(2.2)	5(15.6)	5(15.6)	12(37.5)	10(31.3)
	계	$\chi^2 = 18.666^*$				$\chi^2 = 6.087$			
교육수준	초졸이하	2(22.2)	4(44.4)	2(22.2)	1(11.1)	2(28.6)	0(0.0)	1(14.3)	4(57.1)
	중고졸	16(7.2)	110(49.5)	85(38.3)	11(5.0)	11(14.8)	17(23.0)	31(41.9)	15(20.3)
	대졸이상	8(8.6)	43(46.2)	37(39.8)	5(5.4)	2(6.1)	15(45.5)	13(39.4)	3(9.1)
	계	$\chi^2 = 3.945$				$\chi^2 = 17.142^*$			
	계	26(8.0)	157(48.5)	124(38.3)	17(5.2)	15(13.2)	32(28.1)	45(39.5)	22(19.3)
가족형태	핵가족	22(8.1)	134(49.6)	104(38.5)	10(3.7)	14(13.5)	28(26.9)	42(40.4)	20(19.3)
	확대가족	3(6.5)	20(43.5)	16(34.8)	7(15.2)	1(11.1)	4(44.4)	3(33.3)	1(11.1)
	계	$\chi^2 = 10.266^*$				$\chi^2 = 1.330$			
계	25(7.9)	154(48.7)	120(38.0)	17(5.4)	15(13.3)	32(28.3)	45(39.8)	21(18.6)	

* : p<0.05

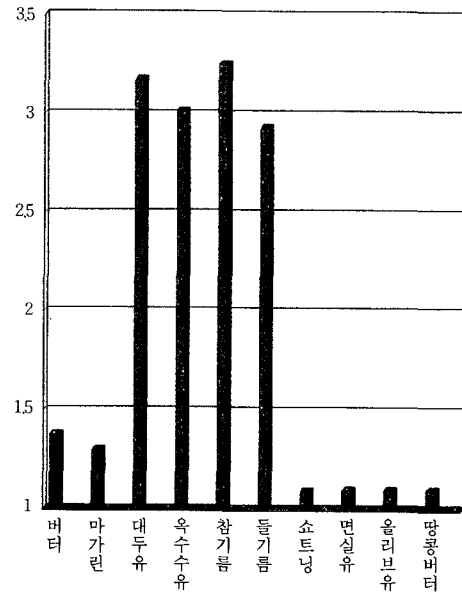
〈표 7〉 유지류구입시 고려사항, 섭취시 느낌 및 사용량 조절계획

항 목	구 분	N(%)
유지류 구입시 고려사항	제조년월일	163(37.1)
	가 격	37(8.4)
	제조회사	74(16.9)
	건강에 좋은 것	148(33.7)
	풍미가 좋은 것	17(3.9)
	계	439(100.0)
유지류 섭취시 느낌	특별한 느낌 없다.	75(17.0)
	체중증가가 염려된다.	80(18.2)
	cholesterol 문제	274(62.1)
	만복감 및 스테미너 증진	12(2.7)
	계	441(100.0)
유지류 사용량 조절계획	현재상태 유지.	221(50.4)
	급원에 관계없이 줄일것임	55(12.5)
	동물성섭취를 늘일것임.	2(0.4)
	식물성섭취를 늘일것임.	137(31.2)
	잘 모르겠다.	33(7.5)
	계	438(100.0)

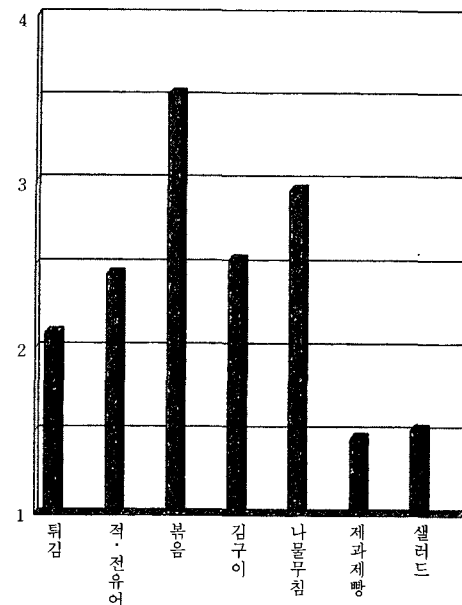
성의 섭취를 늘릴 것이라는 비율은 31.2%로 나타났고 서구식의 식사경향으로 앞으로의 유지류의 섭취는 현재보다 더 증가할 것으로 보인다.

5) 각종 유지류 및 유지사용조리법의 사용빈도

각종유지의 사용빈도와 유지류를 사용하는 조리법의 이용빈도를 5점척도로 조사하여 〈그림 1, 2〉에 나타내었다. 대두유, 옥수수유 및 참기름은 3점 이상의 비교적 높은 사용빈도를 보였고 들기름은 2.93으로 나타났다. 버터와 마가린은 각각 1.38, 1.30으로 아주 낮았고 올리브유도 거의 이용하지 않는 것으로 나타났으며 홍화유, 해바라기유, 현미유, 유채기름 등은 아예 이용이 없었다. 최근 일본에서 조사된 결과(일본조리과학회, 2000)를 보면 올리브유의 경우 지방산 조성에서 혈중cholesterol 저하작용과 동맥경화 예방 효과를 기대하여 가격이 셀러드기름보다 높음에도 불구하고 소비가 크게 늘고 있다는 것과 대조적인 결과이다. 유지류를 사용하는 조리법의 이용빈도는 볶음이 3.53으로 가장 높게 나타났고 다음으로 나물무침, 김구이, 적, 전유어, 튀김의 순으로



〈그림 1〉 각종 유지류의 사용빈도 (5점척도)



〈그림 2〉 유지류 사용조리법의 이용빈도 (5점척도)

나타났으며 제과 제빵, 셀러드 등은 2.0이하의 비교적 낮은 이용빈도를 보였다. 기름을 사용하여 만든

는 볶음요리는 조리방법이 단순하고 비교적 기호성이 높기(정영진, 1984) 때문에 이용빈도가 높게 나타난 것으로 보이며 <표 6>에서도 나타난 바와 같이 조리가 간편하여 유지류를 자주 이용한다는 응답이 38%나 차지한 것을 고려 해 볼 때 조리가 간편한 요리법이 자주 이용되는 것으로 보인다.

3. 유지류영양과 관리에 관련된 지식

유지류의 영양과 관리에 관련된 내용을 10문항으로 구성된 후 10점 만점으로 채점하여 문항별 정답율과 점수를 <표 8>, <표 9>에 나타내었다. 유지류 섭취의 필요성에 대한 문항의 정답율은 71.9%로 비교적 높은 편이지만 응답자의 28.1%는 유지류가 건강에 불필요한 식품으로 알고 있었다. 유지류의 체내기능에 대한 내용으로 열량공급 이외의 체내구성 물질임을 알고 있는 응답자는 76.9%로 나타났다. 유지류와 밤에서 얻을 수 있는 열량을 비교한 문항의 정답율은 70.7%이었으며 동물성지방의 섭취와 혈청 cholesterol과의 관계에 대해서는 10문항 중 91.2%의 가장 높은 정답율을 보였다. 식물성유지의 cholesterol 존재유무에 관한 문항에서는 응답자의 37%만이 제대로 알고 있었는데 주부들이 cholesterol에 대한 관심은 많으나 cholesterol의 급원에 대한 정확한 지식은 부족한 것으로 보인다. 등푸른 생선류와 심인성 질환과의 관계에 대해서는 83.7%의 높은 정답율을 보였고 등·식물성 및 생선유지의 저장중 품질변화

에 대해서도 77.1%의 정답율을 나타냈다. mayonnaise의 주재료에 대해서는 응답자의 60.3%만이 정확하게 알고 있었다. 유지류의 구입시 보관상태, 유통기한 확인 필요성에 대해서는 86.8%의 정답율을 보였고 튀김에 사용한 기름의 보관방법에 대해서는 90.9%의 높은 정답율을 보임으로서 유지류의 관리지식이 높음을 확인 할 수 있었다. 이상의 10문항을 10점 만점으로 채점하여 점수로 나타난 결과 전체 평균 7.62로 비교적 높은 점수를 보였다. 전업주부의 경우 자영업의 주부보다 또 도시거주 주부가 농어촌 거주 주부들보다 유의적으로 높은 점수를 보였고 월100만원 이하의 소득수준의 경우 301만원이상 수준의 주

<표 9> 유지류와 관련된 영양 및 관리지식 점수

항 목	구 분	영양 및 관리지식
연 령	≤29	8.14±1.35
	30~39	7.56±1.51
	40~49	7.62±1.61
	50≤	7.58±1.38
	F값	1.375
취업형태	전업주부	7.82±1.50 ^b
	자영업	7.19±1.59 ^a
	직장근무	7.52±1.61 ^{ab}
	F값	3.092*
거주지	도시	7.90±1.56
	농어촌	7.34±1.58
	T값	2.291*
교육수준	초등졸이하	7.54±1.81
	중 고 졸	7.75±1.63
	대졸이상	7.80±1.27
	F값	1.332
월 수 입 (₩10,000)	≤100	7.34±1.64a
	101~200	7.72±1.52ab
	201~300	7.50±1.58ab
	301≤	7.93±1.17b
	F값	2.685*
가족형태	핵가족	7.65±1.54
	확대가족	7.54±1.60
	T값	0.51
평 균		7.62±1.54

* : p<0.05

<표 8> 유지류와 관련된 영양 및 관리지식의 정답율

문항	내 용	N(%)
1	유지류 섭취의 필요성	317(71.9)
2	유지류의 체내기능	339(76.9)
3	유지류와 타식품에서 얻는 열량 비교	312(70.7)
4	동물성 지방과 혈청 cholesterol양 관계	402(91.2)
5	식물성유지에 cholesterol 존재유무	164(37.0)
6	등푸른생선유와 심인성질환과의 관계	371(83.7)
7	등·식물성유지의 저장중 품질 변화	340(77.1)
8	마요네즈의 주재료	266(60.3)
9	구입시 유통기한, 보관상태 확인 필요성	383(86.8)
10	튀김에 사용한 기름의 처리, 보관방법	401(90.9)

〈표 10〉 각 항목사이의 상관관계

항 목	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. 연령	1.000	-0.131**	-0.122*	0.011	0.061	-0.042	-0.065	-0.090	0.026	-0.025
2. 교육수준	-0.131**	1.000	0.195***	-0.052	0.296***	0.120**	0.141**	0.100*	0.100*	0.060
3. 건강상태	-0.122*	0.195***	1.000	0.105*	0.100*	-0.039	0.067	0.079	0.058	-0.033
4. 체형상태	0.011	-0.052	0.105*	1.000	-0.026	0.077	-0.011	-0.007	-0.077	0.105*
5. 월수입	0.061	0.296***	0.100*	-0.026	1.000	0.071	0.083	0.083	-0.044	0.045
6. 이용빈도	-0.042	0.120**	-0.039	0.077	0.071	1.000	0.351***	0.308***	-0.044	0.042
7. 가족기호	-0.065	0.141**	0.067	-0.011	0.083	0.351***	1.000	0.477***	0.098*	0.060
8. 자신기호	-0.090	0.100*	0.079	-0.007	0.083	0.308***	0.477***	1.000	-0.004	-0.014
9. 관심정도	0.026	0.100*	0.058	-0.077	-0.044	-0.044	0.098*	-0.004	1.000	-0.005
10. 영양관리 지식	-0.025	0.060	-0.033	0.105*	0.045	0.042	0.060	-0.014	-0.005	1.000

*** : $p < 0.001$ ** : $p < 0.01$ * : $p < 0.05$

부보다 낮은 점수를 나타낸 반면 연령, 교육정도, 가족형태 등에 대해서는 유의적인 차이가 없었다.

4. 각 항목사이의 상관관계

연령, 교육수준, 건강상태, 월수입수준, 유지류 사용음식의 이용빈도와 기호도, 유지류급원에 따른 섭취비율에 대한 관심정도, 유지류와 관련된 영양 및 관리지식사이의 상관관계를 〈표 10〉에 제시하였다. 일반사항에서 연령이 낮을수록 교육정도가 높았고, 건강상태가 유의적으로 좋았다. 교육수준에 대해서는 건강상태, 월수입, 유지류 사용음식에 대한 가족의 기호도 및 본인의 기호도, 유지류 급원에 따른 섭취비율의 관심정도와 양의 상관도를 보였다. 유지류 사용음식의 이용빈도는 유지류 사용음식에 대한 가족 및 주부 본인의 기호도와 양의 상관관계를 보임으로써 기호성이 높은 음식이 자주 이용되는 것을 볼 수 있다. 유지류사용음식에 대한 가족의 기호도는 주부의 기호도, 유지류 급원에 따른 섭취비율의 관심정도와 양의 상관도를 나타냈다.

IV. 요약 및 결론

오늘날 급변하는 식생활 환경에서 주부의 식용유지 이용의식과 가정에서 유지류의 이용실태를 조사

하여 식용유지 이용에 대한 변화상태를 파악하고 현재의 식용유지류 이용에 대한 기초자료를 제공하고자 하였다. 전북에 거주하는 주부를 대상으로 조사대상자가 직접 기입하는 방식으로 조사하고 설문지 442부를 통계 처리하여 분석하였다. 식용유지류를 사용한 음식의 평균 이용빈도는 5점 중 3.12점이었으며 30대의 연령층과 도시지역에서 그리고 교육수준이 높을수록 높게 나타났다. 유지류 사용음식에 대한 가족의 평균 기호도는 3.34, 주부의 기호도는 2.99점이었다. 동·식물성 등 유지류 급원의 섭취비율에 대해 관심을 갖는 정도는 2.60점이었고 유지류 급원에 따른 섭취상태에서 식물성의 섭취가 더 높은 경우는 49.7%이었고 동물성의 섭취가 더 높다고 응답한 비율은 13.9%에 이르렀다. 유지류 구입시 가장 먼저 고려하는 사항으로 제조년월일, 건강에 좋은것, 제조회사, 가격 등의 순으로 나타나 건강지향적이 되어감을 볼 수 있다. 유지류 섭취시의 느낌으로 응답자의 62.1%가 cholesterol 증가 느낌을 들었다. 유지류를 자주 사용하는 이유로 '가족이 선호하기 때문'이 48.5%, '조리가 간편하기 때문'이 38.3%로 나타난 반면 자주 이용하지 않는 이유로 '가족이 싫어하기 때문' 보다는 '뒷처리가 복잡하기 때문'으로 응답한 비율이 더 높아 조리의 간편성 추구의 추세를 보여주고 있다. 각종 유지류의 사용빈도는 대두유, 참기름, 옥수수유, 들기름 등의 순서로 높았고 버터, 마가린, 올리브유 등의 이용빈도는 아주 낮았

다. 유지류를 이용하는 조리법으로는 볶음, 나물무침, 김구이, 적·전유어, 튀김 등의 순서로 이용빈도가 높았다. 유지류와 관련된 영양 및 관리지식은 10점만점 중 평균 7.62점이었고 식물성유지의 cholesterol 함유 여부에 대한 문항의 정답률은 37%로 가장 낮았다. 유지류 사용음식의 이용빈도는 유지류 사용음식에 대한 가족 및 주부 본인의 기호도와 양의 상관관계를 보임으로써 기호성이 높은 음식이 자주 이용되는 것을 볼 수 있었다.

본 조사 결과 식물성유의 섭취비율이 높은 것으로 나타났지만 과거에 비해 동물성지방의 섭취 비율이 증가한 것을 알 수 있는 한편 가정에서의 유지류 이용은 오늘날의 식생활 흐름처럼 건강지향 및 간편성 추구로 진행되어가고 있다고 볼 수 있겠다.

■ 참고문헌

- 김영민(1977). 가정에서 사용하는 튀김유지의 이용도 및 산패도에 관한 연구. *대한가정학회지*, 15(2), 13-29.
- 김인숙(1987). 유지류의 관리와 섭취실태에 관한 연구. 성신여자대학교 석사학위논문.
- 김정희(1984). 서울시 일부지역주부들의 식용유 사용관리에 대한 조사연구. 서울대학교 석사학위 논문.
- 보건복지부(1997). 95 국민영양조사보고서.
- 안명수(1998). 유지의 생리활성적인 기능성. *한국조리과학회지*, 14(4), 435-442.
- 윤계순, 우자원(1999). 한국인의 육류음식에 대한 기호성 및 관련요인분석. *한국조리과학회지*, 15(5), 524-532.
- 이양자(1990). 가정학연구의 최신정보Ⅲ 영양학·식품학. *대한가정학회지*, 28, 13-36.
- 정영진(1984). 대학생의 음식기호 조사. *한국영양학회지*, 17(1), 10-19.
- 정효숙(1999). 경남지역 남자의 식습관 및 식품선호도에 관한 연구. *한국식생활문화학회지*, 14(3), 189-202.
- 한국농촌경제연구원(1999). 1997년도 식품수급표.
- 홍미예, 최은옥(1998). 인천지역 집단급식소의 식용유 소비실태. *한국식생활문화학회지*, 13(1), 27-35.
- Antonia Trichopoulou, Pagona Lagiou (1997). Worldwide patterns of dietary lipids intake and health implications. *Am. J. Clin. Nutr.*, 66(4), 961S-964S.
- Sara Latta (2000). Oils to beat the bland. *Inform. (Am. Oil Chem. Soci.)*, 11(4), 305-312.
- 日本調理科學會近畿支部(2000). Survey on the Edible Oils Used for Deep Frying in the Home. *일본조리과학회지*, 33(2), 236-243.
- 坂本元子(1975). *食生活研究*, 83.