

노인의 외식실태 및 외식태도에 관한 연구

조경자 · 한동희*

경성대학교 생활경영학과, 노인생활과학연구소*

(2005년 8월 16일 접수)

A Study on the Survey of the Dining out Behavior of Korean Older Person

Kyungja Cho and Donghee Han*

Professor, Department of Human Ecology College of Science Kyungsung University

Director, Research Institute of Science for the Better Living of the Elderly*

(Received August 16, 2005)

Abstract

The purpose of this study was to investigate several aspects of eating out behaviors among older persons. In aging society, need of seniors are getting higher than before, they want to have a good quality of life. Specially it is changed in family structure and life style. The food habits of older person will be getting change. Hence this study tried to show the various thought of eating out behaviors, interested factors to select restaurants and menus, tendency to do eating out, inconveniences to use of eating out so on.

The questionnaires were completed by 150 older persons living over 60 years old in Busan. They were mostly health and active. The most study were focused young generation however the old generation was not interest in eating out behaviors. Therefor this study gave a lot of approach to develop food habits for old person. The result were as followed: The attitude of eating out were positive, once or two times in a week was highest response 138(92%). As frequently selected food were vegetable and Korean food restaurants. Moreover older person expect a meaningful food culture among older person. As a bad grade of eating out were not to be kind to seniors, never concern to characteristic older. They wanted to have a food for their health and to share with their spare time. The study of eating out style will be very important issue of silver industry. To develop menus and to make older person culture is very needed in aging society.

Key Words : Food habits of older person, Eating out behaviors, Interest in eating for older person

1. 서론

2000년부터 시작된 한국의 고령화 사회는 증가된 노인인구와 가족구조의 변화로 말미암아 노인 단독가구의 증가현상이 나타나고 있으며 특히 변화하는 노인의 욕구와 사회서비스의 다양성 및 프로그램 개발의 필요성이 강조되고 있다. 이러한 현대사회의 급격한 변화는 노인의 식생활에 있어서도 변화를 요구하고 있다. 식품산업의 고도성장과 함께 식품서비스산업, 외식산업 등의 식생활혁신산업이 발전되고 있으며 빠른 속도로 신장됨에 따라 변화된 사회에 살아가고 있는 노인들에게도 식생활에 대한 질적 충족에 대한 욕구가 높아지고 있으며 이에 대한 관심을 보이는 계층이 또한 증가되고 있다.

노년기는 신체적 노화 현상으로 인한 식욕감퇴, 소화 장애, 치아손실 등이 나타나 영양불량상태가 유발되고 만성질환의 이

환율이 높아지는 시기이며 노인자신의 노후대책미비, 노부모의 부양외식 약화 및 사회보장제도의 미비 등의 요인이 복합적으로 작용하여 대다수의 노인이 경제적으로 불안정한 생활을 하고 있다²⁾. 이러한 이유 때문에 노인의 외식태도나 노인계층에 고려된 식생활태도에 관한 연구는 저소득층 노인에게 국한되어 연구되어 왔으나 앞으로 노인인구의 증가에 따라 나타나고 있는 다양한 양상은 노인에 관한 연구가 보다 폭넓은 노인계층을 다루어주어야 함을 인식하게 한다.

지금까지 식사는 가족의 상징으로서 가정의 기능 중 가장 큰 비중을 차지하였으며 조리에서 사용되는 식품재료 모두가 가정의 주방에서 원료처리를 하는 과정을 거쳐 조리되어 단란한 자리에서 가족들이 함께 모여 앉아 먹는 공식을 즐겨왔다. 그러나 돌이 없는 쌀, 깨끗이 다듬어진 채소, 토막으로 정리된 고기, 완

전혀 가시를 제거하고 저민 생선, 각종 인스턴트식품, 포장도시락 등은 주방의 가사노동을 경감시키고 이와 같은 원료처리의 노동은 가정 기능의 힘이 든 부분을 외부로 옮기게 되었을 뿐만 아니라 가정 내의 조리도 외부의 전문가에 의해 만들어지게 되었으며 가정 외에서 제조된 음식상품까지도 사먹게 되는 소비 행동이 증가하게 되었다³⁾.

외식은 가정외의 식생활로서 여러 종류의 요식업소, 회사, 학교 등의 단체급식, 도시락 제조업소, 패스트푸드점 등 음식의 종류와 형태가 다양하며 그 기능 또한 다양하다. 생활수준의 향상에 따른 식생활의 레저화, 여성의 사회참여의 증가, 주부의 시간가치 상승 등으로 외식의 비중도 점차 높아질 것이다⁴⁾. 이러한 양상은 노인의 식생활태도에도 많은 영향을 줄 것이며 특히 노인의 외식태도는 앞으로 단독노인가구의 급식유형, 도시락 전달 혹은 노인의 식생활 유지를 위한 귀중한 방법으로 이용될 부분으로 여겨진다.

고령화 사회의 진전은 노년기에 대한 새로운 관심을 불러일으키고 있으며⁴⁾ 노인에 관련된 전반적 내용과 노인의 생활의 질 향상을 위한 연구는 보다 실제적이며 실생활에 활용될 수 있는 단계에 와 있다. 이러한 문제에 관해서 일본 미국 등 선진 외국에서의 노인들의 계절별 식단과 외식문화 그리고 노인의 기호도 및 다양한 식생활의 패턴 등 구체적으로 제시되는데^{5,6)} 비하여 우리나라 역시 고령화 사회에 노인의 생활의 질을 높일 수 있는 다양한 식생활에 대한 연구조사가 필요한 시점이다.

따라서 본 연구는 노인의 외식태도 전반의 실태를 조사하여 앞으로 노인의 식생활을 보다 긍정적 방향으로 이끌 수 있도록 하는데 본연구의 기본적 목적을 두고 있으며 이 연구의 결과는 앞으로 노인을 대상으로 하는 복지기관의 도시락전달사업 혹은 독거노인들을 위한 외식산업의 방향 제시에 중요한 시사점을 제시할 것으로 기대 한다.

II. 연구방법

1. 연구대상

조사대상자는 부산광역시에 거주하는 60세 이상의 노인을 조사대상자로 표집을 하였으며 총 150명(남자88명, 여자 62명)을 대상으로 설문지를 통한 노인의 외식태도에 관한 조사를 실시하였다.

2. 조사내용

일반적 노인의 특성과 외식에 대한 정보, 외식에 대한 태도, 외식에 대한 노인의 생각 등에 대한 질문으로 구성하였으며 구체적 영역은 다음과 같다. 노인의 외식에 대한 행동, 외식에 대한 불편사항, 외식에 대한 요구사항, 외식에 대한 태도, 웹에서 외식정보 및 안내를 받고 싶은 정도, 외식정보, 기타 노인들의 의견을 질문하는 내용으로 구성하여 노인의 외식실태 및 태도에 관한 제반적 문항을 묻는 내용으로 구성하였다.

3. 조사 방법

노인의 특성을 고려하여 개인면담을 활용하여 응답하게 하였다. 조사내용은 SPSS통계분석을 통하여 빈도와 백분율을 구하였으며 남녀 노인의 교차분석을 실시하여 노인의 외식실태 및 외식태도를 분석 해석하였다.

III. 연구결과

1. 조사대상자의 일반적 특성

〈Table 1〉에서 보여주는 것과 같이 노인의 성별, 연령, 교육수준, 동거인, 한 달 생활비, 모임횟수, 주로 시간을 많이 보내는 장소 등에 대하여 조사하였다. 성별에 있어 남자노인이 88명(58.7%), 여자노인이 62명(41.3%)으로 남자노인이 표본에 더 많이 구성되었다. 연령은 60-64세가 47명(31.5%), 65-69세가 56명(37.2%), 70-74세가 37명(24.6%), 75-79세가 7명(4.7%)이며 80세 이상이 3명(2%)으로 젊은 연령층에 속하는 노인들이 본 조사에서 많이 응하였다. 학력은 무학이 4명(2.7%), 국졸이

<Table 1> General characteristics of the subjects

Contents		N	%
Sex	Male	88	58.7
	Female	62	41.3
Age	60~64	47	31.5
	65~69	56	37.2
	70~74	37	24.6
	75~79	7	4.7
	80 over	3	2.0
Education	No experience	4	2.7
	Elementary school	7	4.7
	Middle school	32	21.3
	High school	56	37.3
	Over college	44	29.3
	No answer	7	4.7
Living together	Spouse	106	70.7
	Children	15	10.0
	Relatives	1	0.7
	Alone	10	6.7
	No answer	18	12.0
Cost of living in a month	300,000below	12	8.0
	500,000below	35	23.3
	700,000below	34	22.7
	1,000,000more	67	44.7
	No answer	2	1.3
Opportunity of meeting in a month	None	5	3.3
	1~2times	51	34.0
	3~4times	50	33.3
	5times over	42	28.0
	No answer	2	1.3
Place for spending time as usually	Home	47	31.3
	Center for education	80	53.3
	Park	14	9.3
	Testing for medical instrument center	3	2.0
	No answer	6	4.0

7명(4.7%), 중졸이 32명(21.3%), 고졸이 56명(37.3%), 대졸이상이 44명(29.7%)으로 고졸이상의 학력수준이 높은 노인이 67%로 높게 표집 되어 있다. 동거인의 경우 배우자와 함께 살고 있는 경우가 106명(70.7%)으로 높게 나타나고 있다. 한 달 생활비는 30만원미만의 경우 12명(8.0%), 30-70만 원 이하가 69명(46%)이었으며 100만 원 이상의 경우가 가장 많은 67명(44.7%)으로 나타났다. 한 달의 모임횟수는 없는 경우가 5명(3.3%)을 제외하고는 한 달에 1-2회 이상의 모임이 있는 경우가 143명(95.3%)으로 일상생활에 있어 움직임이 많은 것처럼 해석이 된다. 주로 시간을 많이 보내는 곳도 교육장의 경우가 80명(53.3%)으로 집에서 생활하는 노인 47명(31.3%)보다 높은 것으로 나타났다.

이상의 결과에서 본 조사에 응한 노인들은 긍정적 생활태도와 활동 및 적절한 생활을 스스로 영위할 수 있는 노인들로 구성이 되어 있음을 알 수 있다.

2. 외식에 대한 행동

〈Table 2〉에서 보는 바와 같이 외식에 대한 노인들의 생각과 태도에 관한 문항을 구성하여 설문조사하였다. 한 달에 몇 번 외식을 하는가에 대한 질문에 1-2회 이상이 138명(92%)으로 높게 나타나 노인의 외식에 대한 경험이 한 달에 1-2회 이상은

<Table 2> Attitude of eating out behaviors

Contents		N	%
How many times do you eating out?	none	11	7.3
	1~2times	80	53.3
	3~4times	35	23.3
	4~5times	22	14.7
	5times over	1	0.7
	No answer	1	0.7
Food style for eating out	vegetable	31	20.7
	meat	25	16.7
	soups	10	6.7
	Japanese foods	8	5.3
	Korean foods	72	48.0
	Western foods	1	0.7
	Instant foods	0	0
	No answer	3	2.0
Reason of easting out	Dislike to prepare table	9	6
	For special meeting as a custom	58	38.7
		1	0.7
	For enjoying eating of preference	7	4.7
	For having special foods not to eat often	17	11.3
	No meaning	16	10.7
	Due to persuade from adult children	20	13.3
Person whom Wheneating out	Friends	31	20.7
	Family	85	56.7
	Alone	1	0.7
	No matter with whom	22	14.7
	No answer	11	7.3

일어나는 것으로 나타나고 있으며 외식 시 선호하는 음식 형태로는 한식이 72명(48%)으로 높게 나타났으며 채식이 31명(20.7%), 육식이 25명(16.7%)이었으며 그다음으로 탕종류, 일식, 양식 순으로 나타났다. 특히 한식의 경우는 젊은이들도 선호하는 음식으로 높게 나타났으며 인스턴트식품이나 패스트푸드 선호도는 젊은이들과 다르게 낮았다. 또한 현재 외식을 할 경우 누구와 함께 하느냐는 질문에 혼자서 하는 경우가 6명(4.0%)으로 혼자서는 외식을 거의 하지 않는 것으로 나타났으며 주로 가족 58명(38.7%), 친구가 57명(38%)으로 나타났으며 가족 중에서도 아들가족과 함께 하는 경우가 49명(32.7%), 딸가족과 함께 하는 경우 9명(6%)보다 높게 나타나고 있다. 외식을 하는 이유에 대한 응답으로는 기념일, 특별한 모임 등 회합을 위해서가 58명(38.7%)으로 가장 높았으며 자녀의 권유가 20명(13.3%), 특미를 찾기 위해서 17명(11.3%) 순으로 나타나 노인들의 모임에 따라 외식을 하는 경우가 빈번해 질 것으로 예측될 수 있다.

3. 외식에 대한 불편사항

〈Table 3〉은 노인들이 외식을 할 경우 느낀 불편한 사항에 관한 내용을 질문한 응답에 관한 내용이다. 외식 시 식사 양에 대하여 [너무 많다]에 아니다가 92명(61.3%)으로 외식에 있어 노인이라 하여 양을 적게 할 필요는 없는 것으로 나왔다. [노인의 특성을 배려하지 않는 식당이 많다]에는 그렇다가 99명(66%)으로 노인이 외식을 할 만한 식당을 찾기가 어려운 것으로 나타났으며 고령화 사회 속에 노인인구를 배려한 식당과 외식산업의 개발의 필요성이 요구되는 부분이다. 또한 [노인이 갈 만한 곳이 없다]라는 질문에 84명(56%)이 응답하였으며 [노인만을 위한 공간이 있으면 좋겠다]는 질문에서 117명(78%)이 그렇다고 응답하여 노인을 위한 외식산업의 개발이 필요함을 나타내 보였다. [가격이 저렴하면 좋겠다]는 질문에 [예]라고 응답

<Table 3> Inconvenience items of eating out

Contents	N	%	
Amount of meal	Yes	51	34.0
	No	92	61.3
	No answer	7	4.7
No concern for older person	Yes	99	66.0
	No	47	31.3
	No answer	4	2.7
No places for older person	Yes	84	56.0
	No	58	38.7
	No answer	8	5.3
Place for only older person	Yes	117	78.0
	No	28	18.7
	No answer	5	3.3
Much chipper price	Yes	132	99.0
	No	13	8.7
	No answer	5	3.3
Few diversity of foods	Yes	51	34.0
	No	89	59.3
	No answer	10	6.7

한 경우 132명(99%)으로 나타나, 노인들이 외식하는데 필요한 경제적 요구 및 가격에 대해서 어려움을 보였다. [메뉴가 다양하지 못하다]도 84명(56%)으로 높게 나타나 전반적으로 노인이 외식하는데 다양한 어려움이 나타나 보였다.

4. 외식에 대한 요구사항

<Table 4>는 외식을 할 때 음식의 형태도 [건강을 고려한 음식] 134명(89.3%), [고향음식을 접할 수 있는 음식] 127명(84.7%), [특별한 메뉴보다 분위기가 노인에게 어울릴 수 있으면 좋겠다]가 126명(84%)으로 높게 나타나 노인들이 이용할 수 있는 외식문화가 요구되고 있음을 알 수 있다.

또한 [노인문화를 만들 수 있는 외식업체의 필요성]에 128명(85.3%)이 응답하여 노인의 외식을 통한 노인문화 형성의 필요성도 요구함에 따라 앞으로 실버산업으로 노인을 위한 외식 아이템의 개발의 필요성이 지적되었다. [매 식사를 해결할 수 있는 외식 공간에 대한 선호도]에서도 88명(58.7%)이 외식에 대한 요구사항을 나타내 보였다.

5. 외식에 대한 태도

<Table 5>는 외식에 대한 노인들의 태도 조사로서 [혼자서 외식하기가 어렵다] 82명(54.7%), [외식을 즐긴다]가 37명(24.7%), [외식에 대한 필요성] 39명(26%), [외식을 통해 생에

즐거움을 얻는다] 23명(15.3%)으로 다소 부정적으로 나타났으나 [외식자체를 좋아하지 않는다]는 질문에는 [그렇다]고 응답한 경우는 36명(24%)으로 낮게 나타나 노인들이 외식을 하고 싶지만 노인을 특성을 고려한 외식문화가 조성이 되지 않아 노인들이 외식을 통하여 노년기 외로움이나 생활공간의 연장으로 활용하기에는 다소 어려움이 나타났다. 이는 노인을 위한 외식 문화의 조성이 시급한 것으로 보인다.

또한 누구와 함께 외식을 하고 싶은가라는 질문에서도 가족과 함께 하고 싶은 경우가 85명(56.7%)으로 노인들의 생활에 있어 가족을 배려함이 필요함을 보여주고 있다.

6. 외식 정보

<Table 6>은 노인들이 주로 외식 정보를 얻는 곳이 어디인가라는 질문에 [소개를 받고 찾아가는 경우가 많다]라는 질문에 89명(59.3%)으로 높게 나타났으며 아직 노인들의 외식산업에 대한 홍보활동이 저조함을 알 수 있다. 외식정보에 대한 선호도에서도 [외식정보를 받고 싶은가]에 대한 응답에 [그렇다]가 104명(69.3%)으로 높게 나타나 노인들의 외식에 대한 정보를

<Table 4> Terms desired eating out

Contents		N	%
For good health	Yes	117	78.0
	No	28	18.7
	No answer	5	3.3
To test of hometown foods	Yes	127	84.7
	No	21	12.7
	No answer	4	2.7
places which can be felt comfortable for older person	Yes	126	84.0
	No	21	14.0
	No answer	3	2.0
Food industries for making a culture of older person	Yes	128	85.3
	No	19	12.7
	No answer	3	2.0
To solve for every meals	Yes	88	58.7
	No	57	38.0
	No answer	5	3.3

<Table 5> Thinking of eating out behaviors

Contents		N	%
It is difficult eating out alone	Yes	82	54.7
	No	64	42.7
	No answer	4	2.7
I enjoy eating out	Yes	37	24.7
	Just so so	59	39.3
	No	44	29.3
I am happy to have chance of eating out	No answer	10	6.7
	Yes	23	15.3
	Just so so	67	44.7
I dislike eating out	No	55	36.7
	Yes	36	24.0
	No answer	5	3.3
With whom do you want to have eating out	Yes	36	24.0
	Just so so	59	39.3
	No	48	32.0
With whom do you want to have eating out	No answer	7	4.7
	Friends	31	20.7
	Family	85	56.7
	Alone	1	0.7
	No matter with whom	22	14.7
No answer	11	7.3	

<Table 6> Information of eating out for older person

Contents		N	%
Where do you have information of eating out	Introduction from others	89	59.3
	From magazines	10	6.7
	From various advertisement	28	18.7
	No chance to have an information about eating out	15	10.0
	No answer	8	5.3
If you can have chance, do you want to have information regularly?	Yes	104	69.3
	No	41	27.3
	No answer	5	3.3

얻고자 하는 선호도는 높은 것으로 나타났다.

7. 웹에서 외식안내를 받고 싶은 정도

〈Table 7〉에서 보는 바와 같이 외식에 관한 정보를 인터넷상에서 받고 싶어 하고 있으며 웹상에서 다루어주기를 희망하는 정도도 아주 높게 나타났다. 즉 웹상에서 외식안내를 다루어 주기를 희망하는 정도에 [그렇다], [매우 그렇다]가 70명(46.7%)으로 높게 나타나고 있음에 따라 노인들을 위한 정보의 공급과 외식에 관한 다양한 정보의 전달이 요구되는 부분임을 알 수 있다.

8. 교차분석에 따른 남녀 노인의 외식태도 분석

〈Table 8〉에서 〈Table 15〉는 위에서 나온 노인의 외식태도를 남녀노인별 태도를 분석하여 보았다. 한 달 생활비사용에 있어서 남자 노인의 경우는 100만 원 이상인 경우가 37명(42%), 70만 원 이상의 경우가 22명(25%)로 가장 높게 나타났고 여성 노인의 경우는 100만 원 이상이 30명(50%)으로 가장 높은 반면 50만 원 이상의 경우가 15명(25%)으로 그 다음 순으로 남자노인과 달리 나타났다.

〈Table 9〉는 한 달 모임 횟수를 나타내는 것으로서 한달에 1-2회 또는 3-4회 남녀 노인모두 높게 나타났으며 모임이 없는 경우의 응답에서 여성노인보다 남성노인이 더 높게 나타났다

<Table 7> The preference of information about eating out by website

Contents	N	%	
The preference of information about eating out by website	Very much	15	10.0
	Yes	55	36.7
	So so	49	32.7
	Few	15	10.0
	very few	4	2.7
No answer	12	8.0	

<Table 8> The cross analysis of cost of living in a month between male and female

Contents	Male N(%)	Female N(%)	
Cost of living in a month	300,000below	9(10.3)	3(5)
	500,000below	20(22.7)	15(25)
	700,000below	22(25)	12(20)
	1,000,000more	37(42)	30(50)

<Table 9> The cross analysis of opportunity of meeting in a month between male and female

Contents	Male N(%)	Female N(%)	
Opportunity of meeting in a month	none	4(4.7)	1(1.6)
	1~2times	29(33.7)	22(35.5)
	3~4times	29(33.7)	21(33.9)
	5times over	24(27.9)	18(29.0)

<Table 10> The cross analysis of place for spending time as usually between male and female

Contents	Male N(%)	Female N(%)	
Placefor spending time as usually	Home	32(38.1)	15(25)
	Center for education	41(48.8)	39(65)
	Park	8(9.5)	6(10)
	Testing for medical instrument center	3(3.6)	0(0)

<Table 11> The cross analysis of times of eating out between male and female

Contents	Male N(%)	Female N(%)	
How many times do you eating out?	None	6(6.8)	5(8.2)
	1~2times	50(56.8)	30(49.2)
	3~4times	17(19.3)	18(29.5)
	4~5times	14(15.9)	8(13.1)
	5times over	1(1.2)	0(0)

<Table 12> The cross analysis of reason of eating out between male and female

Contents	Male N(%)	Female N(%)	
Reason of easting out	Dislike to prepare table	35(44.9)	23(40.4)
	As a custom	0(0)	1(1.8)
	For special meeting	3(3.9)	4(7.0)
	For enjoying eating of preference	9(11.5)	8(14.0)
	For having special foods not to eat often	4(5.1)	3(5.3)
	No meaning	13(16.7)	3(5.3)
	Due to persuade from adult children	10(12.8)	10(17.5)

<Table 13> The cross analysis of food style for eating out

Contents	Male N(%)	Female N(%)	
Food style for eating out	Vegetable	15(17.4)	16(26.3)
	Meat	12(14.0)	13(21.3)
	Soups	7(8.1)	3(4.9)
	Japanese foods	7(8.1)	1(1.6)
	Korean foods	44(51.2)	28(45.9)
	Western foods	1(1.2)	0(0)
	Instant foods	0(0)	0(0)

<Table 14> The cross analysis of getting information about eating out between male and female

Contents	Male N(%)	Female N(%)	
Where do you have information of eating out	Introduction from others	48(57.1)	41(70.7)
	From magazines	7(8.3)	3(5.2)
	From various advertisement	20(23.9)	8(13.8)
	No chance to have an information about eating out	9(10.7)	6(10.3)

<Table 15> The cross analysis of preference of information about eating out by website between male and female

Contents		Male N(%)	Female N(%)
The preference of information about eating out by website	Yes	67(78.8)	42(71.2)
	No	18(21.2)	17(28.8)

[남성노인 4명(4.6%), 여성 노인은 1명(1.6%)]. <Table 10>은 시간을 가장 많이 보내는 곳으로 남녀 노인 모두 교육을 배우는 교육장으로 나타나[남성노인: 41(38.1%), 여성노인 39명(65%)] 앞으로 노인들의 다양한 교육의 내용이 준비되어 보다 노년기 삶이 풍부할 수 있도록 교육의 장에 다양한 콘텐츠를 개발해야 할 필요성이 보인다.

<Table 11>은 한 달 외식 횟수로서 1-2회로 응답한 경우가 남녀 노인 모두 높게 나타남에 따라 노인들의 외식에 관한 사회적 관심과 앞으로 노인을 위한 외식사업의 개발이 필요함을 보여주고 있다. 특히 <Table 12>는 노인들이 외식하는 이유로 남녀노인 모두 특별한 모임이나 기념일을 기념하여 외식을 하는 경우가 높게 나타남으로 인하여 노인들이 즐겨 갈 수 있는 외식 문화를 구축하는 것도 고령화 사회를 맞고 있는 우리나라에 필요한 항목으로 보여 진다. <Table 13>은 선호하는 외식의 종류에 있어서도 남녀 노인 모두가 한식으로 나타나[남성노인 44명(51.2%), 여성노인 28명(45.9%)] 우리나라 음식을 노인들이 선호할 수 있는 형태의 외식산업으로 개발하여 노인들의 외식문화를 만들어 낼 수 있는 연구가 필요하다.

<Table 14>는 외식정보를 얻는 경우 남녀 노인모두 소개를 받아 음식점을 찾는 예가 높게 나타나고 있다[남성노인48명(57.1%), 여성노인 41명(70.7%)]. 노인들이 가정에서만 식생활을 유지하는 것이 아니라 다른 계층과 같이 외식에 대한 태도가 적극적이고 참여의 의지가 높게 나타남에 따라 보다 세밀한 배려가 요구되는 노인의 외식문화를 만들어 나가야 할 것으로 보인다.

<Table 15>는 [웹사이트에서 노인을 위한 외식정보를 활용하겠다는가]에서는 남성이 여성보다 높게 나타났으며[67(78.8%), 42(71.2%)] 웹을 활용하겠다는 응답이 남녀 노인 모두에서 높게 나타났다.

9. 기타

노인 스스로가 노인들의 외식문화 조성에 대한 제안사항을 나타낸 내용을 분류해 보면 다음과 같다.

[노인의 외식의 경우 간결하며 건강을 배려한 영양식으로 조성되었으면 좋겠다], [노인들 중에는 당뇨병 환자들이 많기 때문에 당뇨병을 고려한 메뉴가 개발되면 좋겠다]. [부드럽고 씹기 편한 음식, 영양이 듬뿍 담긴 음식을 요망하며 저렴한 음식이 제공되면 좋겠다], [노인들만을 위한 공간이 마련되어 음악도 흐르고 노인들의 문화가 영위될 수 있는 공간이 마련되면 좋겠다]. [노인들은 소득이 없으므로 자녀들의 눈치를 보아야 할 때가 많

고 식당을 찾아다니는 것도 즐겁다]. [친환경 음식으로 만들었으면 좋겠다] 등의 다양한 의견을 제시하였다. 또한 [전통음식을 제대로 맛을 살려 줬을 때의 고향의 향수를 달래고 싶다]는 의견이 제시되어 노인들의 외식에 대한 욕구는 있으나 노인들의 이동성의 제약, 소득의 어려움, 질병, 정보의 미비 등에 대한 제약이 따르는 것으로 나타났다. 교차분석과 남녀 노인의 차이검정을 한 결과 노인의 식생활태도에 특별한 남녀의 차이를 보이는 태도는 없었고 [외식 시 양이 너무 많다], [고향 음식을 접할 수 있으면 좋겠다], [노인문화를 만들 수 있는 외식업체가 있으면 좋겠다]에 남녀노인의 차이를 보였다. 여성노인의 음식의 양에 대하여 많다는 응답을 하였으며, 남성 노인들이 고향음식과 노인문화를 외식을 통해 얻고자 하였다. 본 연구에서는 연령이나 교육수준에 따라 노인의 외식태도에 유의미한 차이를 보이지 않고 있었으므로 노인외식 태도에 영향을 주는 요인들을 단순히 연령이나 교육수준보다 노인의 활동범위나 배경에 따라 조사를 앞으로의 연구에서는 더 수행되어야 할 것으로 본다.

IV. 요약 및 결론

그간 외식에 관련된 연구는 젊은 계층을 대상으로 수행되었으며 젊은 층의 외식실태조사, 부절한 시습관과 외식실태를 조사하여 영양적인 문제점을 파악하는데 연구의 초점이 있었다⁷⁾. 그러나 본 연구는 고령화 사회에 늘어나는 노인인구를 대상으로 노인들의 새로운 욕구에 대한 대처 과정으로 노인의 삶의 질적 향상이라는 과제를 두고 노인의 외식태도의 실태를 조사하였다.

본 연구에서 나타난 노인의 외식에 대한 행동, 태도, 불편사항, 요구사항, 정보 활용, 웹 활용 등의 결과에서 조사대상자는 교육장을 찾으며 활동을 왕성하게 하는 노인들을 대상으로 하였으며 컴퓨터를 사용할 수 있는 노인들이 주로 표집대상으로 되어 있다. 학력수준도 고졸이상(67%)이며 한 달에 1-2회의 모임을 (95.3%)하는 건강한 노인으로 본 연구에 참여하였다.

노인의 외식에 대한 행동조사로 노인의 외식횟수, 선호하는 음식, 외식을 하는 이유 등을 조사하였다. 노인들은 외식을 한 달에 1-2회 이상을 하는 노인들이 138명(92%)으로 높게 나타났으며 이미 노인들이 외식을 활용하고 있었으며 선호하는 외식 형태로는 한식(48.1%), 채식(20.7%)순으로 나타났으며 영양이 풍부하고 부드럽고 무공해 음식을 요구하는 경우도 있었다. 노인들이 단순한 끼니 해결이 아니라 외식을 통해 즐거움과 노인들의 문화를 만들고자 하는 의지도 나타났다. 외식을 하는 이유는 기념일, 특별한 모임 때 외식을 하는 경우가 높게 나타났으며 딸 식구들보다 아들식구들과 외식을 한다는 경우가 높게 나타났다. 이는 노인들의 사회적 활동 망이 과거와 같이 단절되지 않았으며 노인들의 사회적 회합을 위한 모임의 횟수나 가족들의 모임이 가정에서 사회로 이동됨으로서 노인을 위한 외식산업의 개발이 필요한 부분을 보여준다.

외식을 할 때 불편사항으로서 [노인의 특성을 고려하지 않는다], [갈만한 곳이 없다], [노인만을 위한 공간이 없다], [가격이

저렴하였으면 좋겠다. [양이 많았으면 좋겠다], [메뉴가 다양하지 않다] 특히 [노인들의 건강을 고려한 음식], [고향 맛을 접할 수 있는 음식] 등을 선호하고 있어 노인들의 특성을 배려한 요구사항이 높은 것으로 나타났다. 노인들이 외식을 할 경우 나타나는 불편사항은 사회전반에서 고령화 사회에 걸 맞는 노인을 위한 외식문화가 형성되어 있지 않음을 보여주는 것으로서 앞으로 다양한 계층의 노인이 증가함에 따라 노인을 위한 외식산업의 개발이 필요하다고 보여 질 수 있다. 즉 음식의 종류, 공간의 배치, 음향 등에 있어 노인소비자들을 위한 배려가 필요함을 볼 수 있으며 특히 노인들의 경제적 사정을 고려하여 너무 고가의 음식보다는 노인들이 즐겨 찾을 수 있는 저렴한 가격의 메뉴를 다양하게 만들어 주어야 할 것으로 본다. 노인들 역시 [노인문화를 만들 수 있는 외식업체의 필요성]에 128명(85.3%)이 필요한 것으로 지적하고 있다.

지금현재 노인들이 외식을 적극적으로 즐기거나 혼자서 외식을 즐겨하는 것으로는 나타나지 않았으며 아직도 가족과 함께 외식을 하는 것을 선호하고 있었다. 노인들의 외식을 하는 장소는 지인들이 소개해서 찾아가는 경우가 높게 나타났으며 (59.3%) 외식에 대한 정보를 얻고자 하는 요구도 높았다. 이는 노인들이 외식을 즐겨할 수 있는 사회적 분위기가 형성되어 있지 않음을 알 수 있으며 노인들이 외식에 대한 접근을 용이하게 할 수 있는 다양성의 확보가 필요함을 알 수 있다.

그 외에도 노인들에게 오픈으로 질문한 외식에 대한 태도를 살펴보면 다음과 같다. [노인의 외식의 경우 간결하며 건강을 배려한 영양식으로 조성되었으면 좋겠다], [노인들 중에는 당뇨병 환자들이 많기 때문에 당뇨병을 고려한 메뉴가 개발되면 좋겠다]. [부드럽고 씹기 편한 음식, 영양이 듬뿍 담긴 음식을 요망하며 저렴한 음식이 제공되면 좋겠다], [노인들만을 위한 공간이 마련되어 음악도 흐르고 노인들의 문화가 영위될 수 있는 공간이 마련되면 좋겠다]. [노인들은 소득이 없으므로 자녀들의 눈치를 보아야 할 때 가 많고 식당을 찾아다니는 것도 즐겁다]. [친환경 음식으로 만들었으면 좋겠다] 등의 다양한 의견을 제시하였다. 또한 [전통음식을 제대로 맛을 살려 줬을 때의 고향의 향수를 달래고 싶다]는 의견이 제시되어 노인들의 외식에 대한 욕구는 있으나 노인들의 이동성, 소득의 어려움, 질병, 정보의 미비 등에 대한 제약이 따르는 것으로 나타남에 따라 노인의 식생활이 보다 전문적으로 개발되어야 할 필요성이 있다. 앞으로 혼자 생활하는 노인들이 증가 할 경우 이러한 특성이 고려된 도시락 전달, 집단 급식 등을 조성 할 때 참고 할 수 있는 사항으로 여겨진다.

노인의 외식의 동기 자체도 주부들의 경우 식사준비의 번거로움을 피하려고 외식하는 경향⁹⁾과 달리 식사의 끼니를 해결하려는 것보다는 각기 다른 동기를 부여하고 있었으며 외식에 대한 홍보를 적극 얻기를 희망하고 있었다. 특히 사교적인 모임이나 식도락을 즐기는 차원에서 외식을 선호하는 경향이 높았으며 노인의 외식태도도^{1),9),10)}의 연구와 같이 외식의 동기자체가 과거에 비하여 일상생활의 간편화, 사교화, 레저화의 일환으로

나타내는 경향을 노인의 외식태도에서도 나타냈다.

외식이 모든 사회계층에 보편화되는 양상을 보이면서 음식점을 선택하는데 작용하는 요인의 분석과 외식 시 선택하는 음식의 종류 및 형태에 대한 연구 자료는 급식업소의 향후 서비스 개선과 외식산업 업체의 발전방향을 제시해주는 중요한 자료로 활용될 수 있다. 소비자의 욕구와 태도 및 생활유형의 변화가 일어나면서 식생활 중 외식 산업의 발전은 급속히 이루어지고 있으며 이는 경제력을 바탕으로 식생활의 기본적인 욕구를 손쉽게 충족시켜 줄 수 있는 것으로서 경제력 향상에 따른 대표적인 서비스 산업으로 자리하고 있다¹¹⁾. 이러한 영역은 노인을 위한 외식산업의 개발에 있어서도 예외는 아닐 것으로 예측된다.

감사의 글

본 연구는 2004년 경성대학교 교내학술 연구자원에 의하여 수행되었으므로 이에 감사드립니다.

■ 참고문헌

- 1) Sook Ja Ahn. A study on the Survey of the Dining out Behaviors of College Students in Seoul, Korean J. Dietary Culture, 4(4): 383-393, 1989
- 2) Mi Sook Chung and Keum Jee Kang. A Study on the Health, Food Prescriptions, and Food Habits of Urban Elderly Men- With Special Reference to Elder men in the Tap-gol Park Korean J. Dietary Culture, 11(4), 1996
- 3) Sumi Mo. The Progress of Development of Food Service Industry on Nutrition and Dietary Life of Korea, Korean J. Dietary Culture, 9(2), 1994
- 4) Donghee Han and Ow Sung Kwang. Aging Society and UN International Act Plan, Sechong Publishers Inc. 1999
- 5) 橋藤みち, 老人福祉施設の栄養管理と献立, 第一出版社, 2000
- 6) www.cfsan.fda.gov/~dms/wh-65.html
- 7) Heesun Kim and Chin Eun Chung. A Study on the Eating out Behaviors of University Students in Seoul, Korean. J. Dietary Culture, 16(2): 147-157, 2001
- 8) Young Mee Lee and Kywan Lee and Hak-Kil Chang. Eating out Behaviors and Attitude toward Korean Foods in Adult, Korean J. Dietary Culture, 11(3): 317, 1996
- 9) Kyungja Cho. Food Habits for Morden Society. Sinjung Publishers Inc, 2004
- 10) 전미정, 패스트푸드 이용자의 식생활행동에 관한 실태조사, 서울대학교학위논문, 1990
- 11) Eun Soon Lyu and Tong Kyung Kwak. A Model for the Improvement of the Food Service Management Structure of Fast Food Restrants, Korean J. Dietary Culture, 5(4), 1990