

# 고학력 기혼여성의 취업여부별 식품섭취상태로 본 식사의 질 평가\*

- 전업주부와 교사의 비교 -

최 지 현 · 정 영 진<sup>‡</sup>

충남대학교 식품영양학과

## Evaluation of Diet Quality according to Food Consumption between Highly Educated, Married, Unemployed and Employed Women\*

Choi, Jihyun · Chung, Young-Jin<sup>‡</sup>

Department of Food & Nutrition, Chungnam National University, Daejeon 305-764, Korea

### ABSTRACT

The differences in food consumption between highly educated, married, unemployed and employed women were analyzed by food group and common food item intake, DDS (dietary diversity score), and DVS (dietary variety score) & DVSS (dietary variety score including condiment). In food group intake, the total amount of food intake of the unemployed women (1,554.0 g) were significantly higher than those of the employed (1,477.9 g), while the amount of food from fungi and mushrooms (4.2 g), seaweeds (2.4 g), and fish and shellfish (60.5 g) of the unemployed women was significantly lower than those of the employed. And the amount of meat, poultry and their products (102.8 g), eggs (29.9 g), and animal oil and fats (4.0 g) was significantly higher than those of the employed. Moreover, the common food items of the unemployed women were ranked as eggs (29.7 g), pork (28.9 g), chicken (27.2 g), and beef (26.7 g) at 7, 8, 9, and 10, respectively. When counting the major food groups consumed, DDS = 4 has the highest proportion in both groups (unemployed 47.4%, employed 49.1%). In case of the subjects who had not consumed one particular food group in DDS = 4, dairy group was the first (83%), followed by fruit, meat, and vegetables. This order is same in other DDS levels. In dietary variety score (DVS & DVSS), the average number of foods consumed per day of employed women was higher than those of the unemployed. The level of DVSS in the employed women (31.9), especially, is significantly higher than in the unemployed women (30.6). Consequently, highly educated women should pay more attention to increasing dairy intake, and they have need of various foods, over thirty foods without condiments in their diet every day. In addition, encouraging unemployed women to have a nutritionally balanced diet, and offering nutrition education and guidance, such as appropriate choices about animal foods, are needed. (*Korean J Nutrition* 39(3): 274 ~ 285, 2006)

**KEY WORDS** : highly-educated married women, employment, food group, DDS, DVS.

### 서 론

일반적으로 취업주부의 건강상태가 전업주부보다 좋다고 여겨지고 있다.<sup>1-5)</sup> 이는 주부의 취업이 자신의 고유한 직업상의 지위를 확보할 수 있고, 직업적 경력을 통해 자아실

현과 의사결정 능력에 대한 자신감을 얻을 수 있으며,<sup>6)</sup> 직업을 통해 소득을 획득하고 소득을 통해 경제적 독립성을 부여 받을 뿐만 아니라 가정 내에서도 영향력이 증가되기 때문이다.<sup>7,8)</sup> 그러나 취업으로 인한 유익한 건강 효과가 미혼 여성에게는 있지만 기혼 여성에게는 그 효과가 적거나 없다고도 하는데,<sup>9)</sup> 이는 취업으로 인해 발생하는 일의 부하량 (workload)에 가족의 요구가 더해질 경우 즉, 어머니, 배우자 등의 역할에 대한 가족의 기대가 커질 경우 건강에 부정적인 영향을 미칠 수 있다는 것이다.<sup>10-12)</sup> 우리나라는 뿌리 깊은 전통적 사고방식에 따라 직업을 가졌을 경우에도 직업이 없을 경우와 마찬가지로 가정 내에서의 역할이 중시되고 있어 후자의 연구결과에 보다 가까울 것으

접수일 : 2005년 10월 25일

채택일 : 2006년 1월 9일

\*This research was supported by grants from the Pacific Foundation for Encouragement of Learning and Culture, Seoul, Korea.

<sup>‡</sup>To whom correspondence should be addressed.

E-mail : yjchung@cnu.ac.kr

로 추측된다. 실제로 우리나라와 비슷하게 여성의 역할에 대해서 아직까지도 전통적 사고방식이 우위에 있는 남부 유럽 사회인 스페인, 이탈리아 등지에서는 자녀가 있는 기혼 여성일 경우 취업으로 인해 건강상태가 나빠질 수 있다고 보고되고 있다.<sup>8)</sup>

이와 같이 건강상태는 개인의 사회적 배경에 의해 영향을 받으며,<sup>13)</sup> 몇몇 연구에서는 식이가 건강의 핵심요소이자 생활양식의 요인들 (lifestyle factors) 중의 하나로서 인구사회학적 요인과 서로 관련되어 있다고 보고되고 있다.<sup>14,15)</sup> 그러므로 성별, 연령별, 직업별, 교육 및 소득 수준별 등 인구사회학적 관점에서 해당 인구집단의 식생활을 조사하는 것은 인구집단의 건강문제를 파악하고 문제의 원인을 제거하기 위한 바람직한 방법이라고 사료된다. 특히 식품섭취에 대한 질적·양적 평가는 해당 인구집단에 대한 중요한 정보로서, 식품과 건강 간의 관계를 파악하여 식품과 관련된 건강 위험 요인을 줄이기 위한 정책을 수립하는데 매우 유용하다.<sup>16)</sup> 외국의 경우 영양소 섭취뿐만 아니라 식품 및 식품군 섭취양상이나 식사 양상, 식사의 다양성 등을 평가하여 이것이 건강과 어떠한 연관성이 있는지에 관한 연구가 활발히 진행되고 있다.<sup>17)</sup>

일반적으로 사회경제적 수준이 낮을수록 바람직하지 못한 식사를 하는 경향이 있고,<sup>18)</sup> 사회경제적 수준이 높을수록 건강에 좋은 식행동을 더 많이 행하는 것으로 보고되고 있다.<sup>19-21)</sup> 1985년부터 1999년까지 식품 섭취에 대해 연구한 유럽 15개국의 논문을 review 한 결과에 따르면, 교육과 직업으로 사회경제적 수준을 나누어 살펴보았을 때 사회경제적 수준이 높을수록 과일과 채소의 섭취량이 월등히 높은 것으로 나타났다.<sup>22,23)</sup> 교육수준 또한 중요한 인구사회학적 변수로 여겨지고 있는데, 교육수준이 높을수록 보다 건강한 식사를 한다고 한다.<sup>19,24-27)</sup> Dynesen 등<sup>28)</sup>도 교육수준이 높을수록 육류 섭취빈도는 낮고 녹색 생야채와 과일을 섭취하는 빈도가 높다고 하였으며 이러한 경향은 교육수준과 비례한다고 보고하였다.

그러나 위와 같은 연구결과는 미국을 비롯한 서구 및 북유럽 측, 오래된 선진국에 국한된 것으로 우리나라의 사회적 배경이 그들과 같다고 볼 수 없으며 인구사회학적 계층별 수준에 대한 결과가 우리나라의 영양현실에 꼭 부합될 것이라고 예측할 수는 없을 것이다. 2004년 기준 우리나라 GDP (Gross Domestic Product)는 세계 10위에 올랐지만 국민 1인당 보건관련 지출액 (치료와 예방, 영양 및 건강증진 등을 위한 비용 지출)은 577달러로 세계 26위이며 특히, GDP대비 보건관련 지출비율은 5.0%로 세계 94위 수준인 것으로 나타나 이를 여실히 증명하고 있다.<sup>29)</sup>

선행연구<sup>30)</sup>를 통해 보고한 바와 같이 본 연구 대상자들은 교육 및 사회경제적 수준이 높은 계층에 속하는 인구집단으로서, 전반적으로 한국인 영양 권장량보다 영양소 섭취량은 많았으나 전업주부와 취업주부 모두 칼슘과 아연을 권장량 이하로 섭취하고 있었으며, 철분은 칼슘과 함께 INQ가 1 미만인 영양소로 나타났다. 또한 전업주부는 취업주부에 비해 그리고 권장수치에 비해 총 열량에 대한 동물성 지방의 섭취비율, 지방에너지 구성비, 포화지방비가 모두 높게 나타나 중진국의 영양문제에서 공통적으로 거론되는 영양과잉과 영양결핍, 양적인 측면과 질적인 측면의 불균형 등 다원적인 영양문제가 존재하고 있음을 살펴볼 수 있었다. 이러한 영양문제에 대한 구체적인 개선방안을 모색하기 위해서는 보다 거시적인 식품 및 식품군 섭취에 대한 식사의 질 평가가 이루어져야 한다고 사료된다. 특히 우리나라 식품섭취에 대한 연구는 연구 대상자들이 일반 성인, 대학생, 아동, 노인, 환자에 치중되어 있을 뿐 취업여부에 따른 기혼 여성의 식사의 질 평가에 관한 연구는 찾아보기 힘든 실정이다.<sup>31)</sup>

따라서 본 연구에서는 고학력 기혼 여성을 대상으로 취업여부별로 식품 및 식품군 섭취의 관점에서 식사의 질을 평가하여 고학력 기혼여성의 건강관련 기초자료로 제시하고자 한다. 고학력 여성인력의 활용과 관리는 국가경쟁력 차원에서 무엇보다 중요하며, 여성정책 측면에서도 여성의 영양 및 건강관리 프로그램의 마련을 위한 기초 연구는 미래를 위한 값진 투자가 되리라고 사료된다.

## 연구방법

### 1. 조사대상

연구 대상자는 대전 지역에 거주하는 전문대졸 이상의 전업주부와 전일제 취업주부 중에서 임의추출 하였고, 두 군 모두 배우자가 직업을 가진 기혼 여성으로 한정하였다. 연구 대상자 중 전업주부는 고학력 인구가 밀집되어 있는 일정 지역의 대형 상가, 은행, 우체국에서 본 연구취지에 동의하는 기혼 여성을 대상으로 하였고, 취업주부는 연구취지에 동의하는 대전 지역의 초·중·고교 교사를 대상으로 하였다. 본 연구에서 취업주부는 한국표준직업분류<sup>32)</sup>에 따라 직업별로 표본 추출하는 것이 가장 이상적이지만 한국표준직업분류가 5단계의 계층적 구조 즉, 대·중·소·세·세세 분류로 되어 있는 관계로 층화 표집을 시행해야만 하고, 층화 표집을 위해선 거주지역, 결혼여부, 최종 학력, 직업 상태 및 직업별 직위 등 고용상태에 관한 개인별 정확한 기초 정보와 직업별 층화 목록이 작성되어 있어야

한다. 그러나 현재 이에 대한 층화 목록은 존재하지 않으며, 설령 편의 추출법으로 여러 종류의 직업을 선정한다 하더라도 각 직업의 고유 특성에 따른 교란 효과 (confounding effect)가 너무 많이 발생하기 때문에 결과 해석에 어려움이 많다. 따라서 본 연구에서는 고학력 취업주부 대상으로 한국표준직업분류<sup>32)</sup>의 대분류 목록에서 전문대졸 이상의 고학력 여성의 비율이 가장 많이 분포되어있는 '전문가' 직업군에서, 이 군에 속하는 대표적인 직업이며 이직률이 적고 다양한 전공자로 구성되어 있는 초·중·고교 교사를 선정하였다. 특히, 한국표준직업분류의 세 분류 447개 직업을 대상으로 실시한 2002년도 중앙고용정보원 집계에 의하면,<sup>33)</sup> 초·중·고교 교사는 고학력 기혼여성의 직업 분포에서 가장 많은 비율을 차지하는 직업으로서, 전문대졸 이상인 경우 16.4%, 대졸 이상인 경우 21.6%를 차지하고 있었으며, 2004년 산업·직업별 고용구조조사<sup>34)</sup>에서도 384개 직업 중 전문대졸 이상의 고학력 기혼여성이 가장 많이 종사하고 있는 (15.8%) 직업은 초·중·고교 교사로 나타났다. 더욱이 연구 참여 대상자를 일정한 특성을 가진 사람들로만 국한시키는 방법은 연구 설계 시 교란 현상을 통제하기 위한 비용 효과적인 방법으로 알려져 있다.<sup>35)</sup>

## 2. 자료 수집

2001년 8월 6일부터 9월 26일까지 훈련 받은 면접원이 연구 대상자와 직접 면담을 통해 자료를 수집하였다. 개별 면담조사 후 응답이 불완전하거나 본 연구 대상자의 기준에 적합하지 않은 고졸 이하, 시간제, 별거·사별·이혼 등에 의한 독신 주부는 제외시켰으며, 연령에 의한 교란 (confounding)을 보정하고자 전업주부와 취업주부의 표본수를 연령대별로 동일하게 무작위 추출하여 최종적으로 전업주부 250부, 취업주부 236부, 총 486부가 분석에 이용되었다.

## 3. 조사내용

일반적 사항으로는 인구사회학적 변수 (연령, 신장, 체중, 자녀 수, 취학 전 자녀 수, 교육 수준, 소득 수준, 현재 소득에 대한 만족도, 동거인 및 그들의 조력 정도)와 건강습관 변수 (1일 평균 커피 음용량, 수면 시간, 영양제와 건강식품 복용여부, 만성질환 보유 여부, 스트레스, 우울, 부부간 역할분담에 대한 주관적 인식)를 조사하였다.

식이조사 방법은 24시간 회상법을 이용하여 조사 전일 하루 동안의 식이 섭취 내용을 조사하였고, 사전에 조사방법에 대해 훈련을 받은 식품영양학과 학부생과 대학원생과의 1:1 면담으로 진행되었다. 대상자들의 기억을 돕고, 양에 대한 기억을 돕기 위해 식품 모형과 식품별 1회 분량

모형, 국그릇, 밥그릇, 음식의 1회 분량에 대한 실물 크기의 사진과 기억 보조물 등을 사용하였다. 식이섭취조사 결과는 CAN-PRO 2.0<sup>36)</sup>을 이용하여 식품 섭취량을 산출하였다.

### 1) 식품군별 섭취량

한국인 영양권장량<sup>37)</sup>에 부록으로 수록된 식품영양가표의 식품군 분류기준에 따라 식품을 분류하였으나, 곡류군에 포함된 패스트푸드류와 조리가공식품군에 포함된 식품들은 주재료에 따라 각각의 식품군으로 분리하여 모두 17군의 섭취량을 계산하였다. 그리고 각 식품의 섭취량을 식품군별로 합산하여 대상자들의 하루 평균 섭취량을 분석하였다.

### 2) 상용 식품

1인 당 1일 섭취량이 가장 많은 다소비 식품을 상용 식품으로 하였다. 상용 식품을 분석하기 위하여 식품상태나 조리방법, 가공상태에 따라 세분화되어 있는 식품들을 한가지 식품으로 묶어 재분류 하였다. 예를 들면, 식품영양가표에는 검은콩과 콩장이 각각 존재하지만 상용 식품 분석을 위해서는 콩장을 검은콩으로 재분류하여 분석하였으며, 말린 오징어와 생 오징어도 한가지 식품으로 분류하였다. 그러나 용도가 다른 식품의 경우는 근원이 같더라도 다른 식품으로 재분류 하였는데, 예를 들면 대두 (노란콩)와 두부, 유부는 각각 다른 식품으로 분류하였다. 섭취식품의 재분류 후에는 1일 섭취량이 많은 순위대로 상용 식품 목록을 작성하였다

### 3) 식품 섭취의 균형 및 다양성 평가

#### (1) 식품군 점수 (Dietary diversity score; DDS)

섭취한 식품들을 5가지 주요 식품군 (곡류군, 육류군, 유제품군, 채소군, 과일군)으로 분류한 후 섭취한 식품군의 수를 계산하였다. 섭취한 식품군이 하나 첨가될 때마다 1점씩 증가되며, 최고점은 5군을 모두 섭취하였을 때 5점이다. 소량 섭취하고도 점수에 계산되는 것을 막기 위해 최소량 미만으로 섭취한 식품은 제외시켰다. 이 때 최소량 기준은 육류군, 채소군, 과일군의 경우 고형식품은 30 g, 액체류는 60 g이며, 곡류군과 육류군의 경우 고형식품은 15 g, 액체류는 30 g으로 하였다.<sup>38)</sup>

#### (2) 총 식품 점수 (Dietary variety score; DVS)

총 식품 점수는 하루에 섭취하였다고 보고된 다른 종류의 모든 식품 수를 계산하였으며,<sup>39)</sup> 다른 식품이 한가지씩 첨가될 때마다 1점씩 증가하게 된다. 식품의 종류는 상용 식품 분석을 위해 실시하였던 것과 같은 기준으로 하였으

며 조리법에는 차이가 나지만 동일 식품인 경우는 한가지로 계산하였다.

본 연구에서는 총 식품 점수를 두 가지로 측정하였다. 하나는 모든 조미료류와 양념류를 포함시킨 총 식품 점수(DVSS)이고, 하나는 조미료류와 양념류를 모두 제거하고 측정한 총 식품 점수(DVS)이다. 이러한 이유는 첫째, 총 식품 점수를 계산할 때 조미료와 양념류가 섭취 식품 가짓수로 포함되어야 하는지 또는 제거해야 되는지에 대한 기준이 아직 설정되어있지 않기 때문이다. 둘째, 우리 나라는 양념의 섭취가 에너지, 지방, 베타케로틴 및 철분의 총 섭취량에 크게 영향을 미친다는 연구가 보고되어 있긴하나,<sup>40)</sup> 셋째, 조미료와 양념류가 식사의 내용과 영양섭취 상태에 질적으로나 양적으로 큰 의미가 있는지에 대한 검증이 아직 제대로 이루어져 있지 않고있기 때문이다.

#### 4. 통계 처리

모든 자료에 대한 분석은 EXCEL과 SPSS 10.0을 이용하였다.

취업군과 비취업군의 모든 측정치는 평균 ± 표준편차, 빈도와 백분율로 나타내었으며 취업군과 비취업군의 차이

는  $\chi^2$ -test와 t-test를 실시하여 유의수준  $p < 0.05$ 에서 비교하였다.

## 결과 및 고찰

### 1. 연구 대상자의 일반적 특성

본 연구 대상자들의 평균 연령은 Table 1에서와 같이 전업주부와 취업주부 간에 차이가 없이 대략적으로 36세 가량이었고, 결혼 년 수도 전업주부 10.8년, 취업주부 10.6년으로 비슷했으나 자녀 수와 취학 전 자녀 수는 모두 전업주부가 취업주부보다 약간씩 더 많았다. 한편 취업주부의 주당 근무 시간은 43.7시간, 근무 년 수는 12.4년으로 나타났다. 그리고 전업주부의 신장은 취업주부에 비해 약 1 cm 가량 높았으나 체질량 지수에서는 차이가 없었으며, 교육 수준에 있어서는 전업주부와 취업주부 모두 대학 졸업자가 각각 77.2%와 89.9%를 차지하여 가장 많은 비율을 차지하였으나, 전업주부는 취업주부에 비해 전문대 졸업자가 많았고 취업주부는 전업주부에 비해 대학원 졸업자가 많았다. 소득 수준에 있어서는 전업주부는 200~300만원 미만 군 (40.0%)에 많이 분포되어 있었고, 취업주부는

**Table 1.** Comparison of sociodemographic characteristics between highly educated married, unemployed and employed women

Variable	Unemployed	Employed	Significance
Age (yr)	35.9 ± 6.6 <sup>1)</sup>	36.7 ± 6.1	
Number of children	1.7 ± 0.6 <sup>3)</sup>	1.6 ± 0.7	
Number of preschool children	0.6 ± 0.7 <sup>**</sup>	0.51 ± 0.6	
Educational level			
College	39 (15.6) <sup>2)</sup>	5 ( 2.1)	$\chi^2 = 34.2^{***4)}$
University	193 (77.2)	191 (89.9)	
Graduate school	18 ( 7.2)	40 (16.9)	
Income level (10,000 won/month)			
Below 200	33 (13.2)	2 ( 0.9)	$\chi^2 = 87.6^{**}$
200 and below 300	100 (40.0)	35 (14.9)	
300 and below 400	69 (27.6)	82 (34.9)	
400 and above	48 (19.2)	116 (49.0)	
Self-perceived economic status			
Low	79 (31.6)	70 (29.7)	$\chi^2 = 0.26$
Moderate	129 (51.6)	127 (53.8)	
High	42 (16.8)	39 (16.5)	
Satisfaction of role allotment			
Unfair	70 (28.0)	164 (69.5)	$\chi^2 = 85.1^{**}$
Fair	139 (55.6)	61 (25.8)	
No opinion	41 (16.4)	11 ( 4.7)	
Weight (kg)	54.2 ± 6.0	53.8 ± 5.7	
Height (cm)	160.7 ± 4.1 <sup>**</sup>	159.6 ± 3.8	
BMI (Kg/m <sup>2</sup> )	21.0 ± 2.1	21.1 ± 2.1	

1) Mean ± SD

2) Number (%)

3) Significance between highly educated married, unemployed and employed women by t-test (\*:  $p < 0.05$ , \*\*:  $p < 0.005$ )

4) Significance by  $\chi^2$ -test (\*:  $p < 0.05$ , \*\*:  $p < 0.005$ )

400만원 이상 군 (49.0%)에 많이 분포되어 있었으며, 소득 만족도에 있어서는 만족도 수준별로 전업주부와 취업주부가 비슷한 비율로 분포되어 있었다. 따라서 실제 소득 수준은 취업주부의 소득 수준이 더 높았으나 전업주부에 비해 가계 소득에 대한 만족도는 낮은 것으로 나타났다.

건강습관 변수들에 대한 전업주부와 취업주부의 결과는 Table 2에서와 같이 커피 음용량과 수면시간은 취업 여부에 따라 유의한 차이를 나타내지 않았다. 스트레스는 전업주부의 경우 느끼지 않는다 17.6%, 가끔 느낀다 61.6%, 많이 느낀다 20.8%를 보여 스트레스를 가끔 느끼는 사람들의 비율이 높았고, 취업주부의 경우 느끼지 않는다 7.6%, 가끔 느낀다 48.7%, 많이 느낀다 43.6%로 나타나 전업주부에 비해 스트레스를 많이 느끼는 사람들의 비율이 높았다. 우울은 가끔 느낀다고 응답한 사람들의 비율이 가장 높아 전업주부 60.4%, 취업주부 57.2%를 나타내었으나 취업여부별로 유의한 차이를 나타내지 않았다. 영양제와 건강보조식품 복용 여부에 있어서 취업주부는 아무것도 복용하지 않는다 (68.6%)고 응답한 사람들이 전업주부 (48.8%)에 비해 많았고, 전업주부는 영양제만 복용하거나 (33.2%) 모두 복용하는 (10.0%) 사람들이 취업주부 (17.4%, 5.9%)에 비해 많았다. 만성질환은 전업주부와 취업주부 모두 만성질환이 없는 사람들이 대부분을 이루었고, 만성질환 수에 따라서 비슷한 비율로 분포되어 있었다. 부부 역할 분

**Table 2.** Comparison of health habits between highly educated married, unemployed and employed women

Variable	Unemployed	Employed	Significance
Coffee (cup/day)	1.1 ± 1.1 <sup>1)</sup>	1.3 ± 1.0	
Sleeping hours (hr/day)	7.0 ± 1.0	6.8 ± 0.9	
Stress			
Little	44 (17.6) <sup>2)</sup>	18 (7.6)	$\chi^2 = 32.9^{**3)}$
Sometimes	154 (61.6)	115 (48.7)	
Much	52 (20.8)	103 (43.6)	
Depression			
Little	63 (25.2)	59 (25.0)	$\chi^2 = 3.0$
Sometimes	151 (60.4)	135 (57.2)	
Much	36 (14.4)	42 (17.8)	
Supplements usage			
Never	122 (48.8)	162 (68.6)	$\chi^2 = 23.0^{**}$
Nutrient supplements	83 (33.2)	41 (17.4)	
Health food	19 (7.6)	19 (8.1)	
Both	26 (10.4)	14 (5.9)	
Chronic disease			
0	183 (73.2)	153 (64.8)	$\chi^2 = 4.4$
1	59 (23.6)	70 (29.7)	
2 and more	8 (3.2)	13 (5.5)	

1) Mean ± SD

2) Number (%)

3) Significance by  $\chi^2$ -test (\*: p < 0.05, \*\*: p < 0.005)

담에 대한 주관적 인식에 있어서는 전업주부의 경우 공평하다 (55.6%)고 응답한 사람들이 많았고, 취업주부는 공평하지 않다 (69.5%)고 응답한 사람들이 많은 비율을 차지하였다.

## 2. 식품군 섭취량

연구 대상자들의 식품군별 1인 1일 평균 섭취량 결과를 취업 여부별로 비교하여 2001년도 국민건강영양조사 결과<sup>11)</sup> 우리나라 국민의 1인 1일 평균 섭취량과 함께 Table 3에 나타내었다.

본 연구 대상자들의 총 식품 섭취량은 2001년도 국민건강영양조사 결과의 1인 1일 평균 섭취량 (1,314.7 g)보다 많게 나타났으며, 전업주부 (1,544.0 g)가 취업주부 (1,477.9 g)에 비해 많이 섭취하는 것으로 나타났다. 취업여부별로 비교해 보면 버섯류, 과일류, 해조류, 유지류, 육류, 난류,

**Table 3.** Comparison of daily food group intake between highly educated married, unemployed and employed women (g/day)

Food group	Unemployed	Employed	2001 NHNS <sup>2)</sup>
Cereals and grain products	317.9	315.6	310.5
Potatoes and starches	42.0	39.0	26.5
Sugars and sweets	14.5	12.5	10.9
Legumes and their products	39.9	35.6	31.6
Seeds and nuts	3.1	6.3	2.7
Vegetables	341.8	320.7	290.8
Fungi and mushrooms	4.2	13.8 <sup>**1)</sup>	4.7
Fruits	321.9 <sup>**</sup>	245.3	207.4
Seaweeds	2.4	5.0 <sup>**</sup>	9.0
Beverage	117.3	132.0	112.7
Seasonings	38.1	43.2	31.2
Oil and fats (plants)	9.8	15.7 <sup>*</sup>	9.8
Others	0.4	1.2	5.1
<b>Sub total (plant foods)</b>	<b>1253.7</b>	<b>1186.3</b>	<b>1052.9</b>
Meat, poultry and their products	102.8 <sup>**</sup>	79.0	91.7
Eggs	29.9 <sup>**</sup>	26.3	21.1
Fish and shellfish	60.0	86.2 <sup>*</sup>	64.1
Milk and dairy products	103.4	99.6	84.6
Oil and fats (animal)	4.0 <sup>*</sup>	0.3	0.1
<b>Sub total (animal foods)</b>	<b>300.2</b>	<b>291.6</b>	<b>261.8</b>
<b>Total</b>	<b>1554.0<sup>*</sup></b>	<b>1477.9</b>	<b>1314.7</b>
Proportion of plant foods (%)	80.7	80.3	80.1
Proportion of animal foods (%)	19.3	19.7	19.9

1) Significance between highly educated married, unemployed and employed women by t-test (\*: p < 0.05, \*\*: p < 0.005)

2) 2001 National Health and Nutrition Survey-Nutrition Survey (NHNS)

어패류에서 섭취량의 차이를 나타내었는데, 전업주부는 취업주부에 비해 과일류, 육류, 난류, 동물성 유지류를 많이 섭취하는 것으로 나타났고, 취업주부는 전업주부에 비해 버섯류, 해조류, 식물성 유지류, 어패류를 많이 섭취하는 것으로 나타났다. 두드러지는 점은 전업주부의 버섯류, 해조류, 어패류 섭취량이 취업주부에 비해 유의하게 적었을 뿐만 아니라 2001년도 국민건강영양조사에 비해서도 적게 섭취하는 것으로 나타났다. 전업주부의 총 식품 섭취량이 본 연구의 취업주부나 2001년도 국민건강영양조사 1인 1일 평균 섭취량보다 많았음에도 불구하고 이 3가지 식품군인 버섯류, 해조류, 어패류 섭취량이 매우 적게 나타난 것으로 보아 전업주부는 식품군이 골고루 포함되어있지 않은 편중된 식사를 하는 것으로 보인다. 그리고 해조류는 두 군 모두 우리나라 국민의 1인 1일 평균 섭취량에 비해 적게 섭취하는 것으로 나타나 본 연구 대상자인 고학력 기혼여성에게 있어 부족되기 쉬운 식품군은 해조류임을 알 수 있었다.

한편, 본 연구 대상자들의 식품군별 섭취량을 선행연구<sup>30)</sup>의 1일 영양소 섭취량 결과와 연관지어 살펴보면, 1일 단백질 섭취량은 전업주부 83.2 g, 취업주부 83.3 g으로 비슷하게 나타났는데, 앞에서 언급한 바와 같이 전업주부는 취업주부에 비해 육류와 난류를 유의하게 많이 섭취하고 있었고, 취업주부는 전업주부에 비해 어패류를 유의하게 많

이 섭취하는 것으로 나타나 취업 여부에 따라 단백질 급원 식품이 다름을 알 수 있었다. 즉, 전업주부는 주로 육류와 난류를, 취업주부는 주로 어패류를 단백질 급원식품으로 섭취하고 있음을 알 수 있었다. 그리고 전업주부는 취업주부와 우리나라 전체 국민들에 비해서 동물성 유지류를 매우 많이 섭취하는 것으로 나타났는데, 선행연구<sup>30)</sup>에서도 전업주부의 지방 섭취량과 동물성 지방 섭취량이 취업주부에 비해 유의하게 많았고, 콜레스테롤 섭취량도 많았던 점을 상기해보면 고학력 전업주부를 대상으로 동물성 식품 및 관련 영양소에 대한 영양교육과 식사지도가 시급히 이루어져야 할 것으로 사료된다. 특히, 우리나라의 음식은 그 특성상 버터 등 동물성 유지류를 많이 사용하지 않으므로 동물성 지방이라 하면 주로 육류나 난류 및 유류 또는 가공식품으로부터 오는 지방으로 볼 수 있으므로 저지방 육류 선택, 고기에 붙어 있는 지방을 제거한 후 섭취, 저지방 우유 섭취, 가공식품의 영양정보 읽기등에 관한 내용이 영양지도 내용에 포함되어야 하리라고 본다.

### 3. 상용 식품

연구 대상자들의 1인 1일 평균 식품 섭취량의 결과를 토대로 가장 많이 소비하고 있는 다소비 식품을 취업 여부별로 비교하여 1위에서 20위까지 Table 4에 제시하였다. 전업주부와 취업주부 모두 가장 많이 소비하는 식품은 쌀로

**Table 4.** Comparison of common food item between highly educated married, unemployed and employed women (g/day)

Rank	Unemployed		Employed		2001 NHNS <sup>4)</sup>	
1	Rice	149.8	Rice	193.9	Rice	215.9
2	Watermelon	99.6	Grape	124.4	KC kimchi	91.9
3	Milk	80.6	Milk	71.0	Orange	83.2
4	KC kimchi <sup>1)</sup>	74.2	KC kimchi	68.4	Milk	70.6
5	Peach	73.1	Green tea	41.3	Persimmon	50.4
6	Grape	65.7	Beef	29.6	Apple	31.8
7	Egg	29.7	Coffee	27.6	Radish	30.4
8	Pork	28.9	Bean curd	26.8	Beer	24.9
9	Chicken	27.2	Pear	26.6	Pear	24.4
10	Beef	26.7	Onion	25.0	Bean curd	24.2
11	Coffee	26.7	Apple	24.8	Pork	22.1
12	Onion	26.4	Egg	24.8	Egg	20.8
13	Potato	25.5	Potato	24.5	Beef	20.4
14	Noodles	24.2	Cucumber	21.3	Soju	20.2
15	Cola	23.9	Peach	20.9	Cola	20.1
16	G pumpkin <sup>2)</sup>	23.5	Pork	20.5	Onion	17.0
17	Cucumber	23.5	Beer	19.1	Bean sprouts	15.8
18	YR kimchi <sup>3)</sup>	21.4	Radish	18.3	Ramyon	15.4
19	Bean curd	21.4	G pumpkin	17.9	Potato	14.2
20	Apple	20.0	Bean sprouts	17.4	Chicken	13.2

1) Korean cabbage kimchi

2) Green pumpkin

3) Young radish kimchi

4) 2001 National Health and Nutrition Survey-Nutrition Survey (NHNS)

나타났는데, 이는 2001년도 국민건강영양조사 결과와 동일하나 소비량에 있어서는 매우 차이가 났다. 즉, 2001년도 국민건강영양조사에서 우리나라 국민들의 다소비 식품 1위는 쌀로써 215.9 g을 섭취하는 것으로 나타났는데, 본 연구에서도 다소비 식품 1위는 쌀로 나타나 품목은 동일하였으나 전업주부는 149.8 g, 취업주부는 193.9 g을 소비하고 있어 본 연구 대상자들인 고학력 기혼 여성은 우리나라 국민의 쌀 섭취량에 비해 적게 섭취하는 것으로 나타났다. 그러나 앞서 살펴 본 식품군별 섭취량에서 본 연구 대상자들의 곡류 섭취량 (전업주부 317.9 g, 취업주부 315.6 g)은 2001년도 국민건강영양조사 결과 우리나라 국민의 1인 1일 평균 곡류 섭취량 (310.5 g)에 비해 많았고, 쌀 소비량이 더 적은 전업주부마저 취업주부나 우리나라 국민의 곡류 섭취량에 비해 섭취량이 더 많았던 결과와 연관시켜 볼 때, 본 연구 대상자들은 특히, 전업주부는 쌀밥보다 잡곡밥을 또는 여러 가지 곡류를 많이 섭취하는 것으로 추정된다. 이는 Table 4에는 나타나지 않았지만 본 연구의 전체 다소비 식품 결과에서 점정쌀, 보리, 콩, 팥 등 잡곡밥을 구성하는 식품들의 소비량이 우리나라 국민의 1인 1일 평균 소비량보다 많이 나타나 이를 입증하고 있다.

1위부터 4위까지를 살펴보면, 쌀, 수박 또는 포도, 우유, 배추김치로 나타났는데, 2위는 전업주부와 취업주부 모두 과일류로 나타나 전업주부는 수박, 취업주부는 포도로 나타났다. 2001년도 국민건강영양조사 결과에서는 쌀, 배추김치, 굴, 우유 순위로 나타나 순위만 다를 뿐 본 연구 대상자들의 1~4위까지의 식품 내용과 거의 동일하였다. 과일의 종류만 다르게 나타났는데, 이는 본 연구의 조사시기가 8~9월이었고, 2001년도 국민건강영양조사 시기는 11~12월이었다는 점에서 연구 대상자들이 제철과일을 섭취하였기 때문이라고 사료된다. 3위와 4위는 전업주부와 취업주부 모두 우유 (전업주부 80.6 g, 취업주부 71.6 g)와 배추김치 (전업주부 74.2 g, 취업주부 68.4 g)로 나타났는데, 우유는 우리나라 국민 1인 1일 섭취량 (70.6 g)에 비해 전업주부는 많이, 그리고 취업주부는 비슷하게 섭취하고 있었고, 배추김치는 우리나라 국민 1인 1일 배추김치 섭취량 (91.9 g)에 비해 두군 모두 적게 섭취하는 것으로 나타났다. 이는 실제로 배추김치를 적게 섭취해서 일 수도 있지만 여름이라는 계절적 특성으로 인해 열무김치 같은 다른 종류의 김치를 섭취해서 나타난 결과라고도 볼 수 있겠다. 본 연구에서 열무김치는 전업주부의 다소비 식품 품목에 18위를 차지하고 있다. 그리고 전업주부는 달걀, 돼지고기, 닭고기, 쇠고기 순으로 각각 29.7 g, 28.9 g, 27.2 g, 26.7 g을 섭취한 것으로 나타난 반면, 취업주부는 쇠고기,

달걀, 돼지고기 순으로 각각 29.6 g, 24.8 g, 20.5 g을 섭취하고 있는 것으로 나타나 전업주부가 육류를 더 선호하는 것으로 보여진다. 식품군별 섭취량 결과 (Table 3)에 있어서도 전업주부의 육류 소비량이 취업주부에 비해 유의하게 높게 나타나 이를 뒷받침해 주고 있다고 사료된다. 또한 전업주부는 커피음료 (26.7 g), 콜라 (23.9 g)가, 취업주부는 녹차 (41.3 g), 커피음료 (27.6 g), 맥주 (19.1 g)가 20위 안에 있어 두 군 모두 공통적으로 커피를 선호하고 있으나 전업주부와 취업주부는 각기 선호하는 음료 및 차류가 다르며, 취업주부가 녹차를 비롯하여 전업주부보다 차와 음료를 더 많이 섭취하고 있음을 알 수 있었다.

한편, 1위에서 20위까지의 다소비 식품 품목에서 2001년도 국민건강영양조사 결과와 본 연구 결과의 차이점은 2001년도 국민건강영양조사에서는 라면이 18위를 차지하고 있었으며 커피가 품목에 없었는데, 본 연구 대상자들은 커피가 높은 순위에 있었으며 라면은 20위 안에 없었다.

#### 4. 식품군 점수 (Dietary diversity score; DDS)

5가지 주요 식품군 (유제품군, 육류군, 곡류군, 과일류군, 채소류군)에 속하는 식품 중 한가지 이상을 섭취하면 점수를 주는 DDS (dietary diversity score)를 계산하여 연구 대상자들의 식사 균형도와 다양성을 알아보았다. DDS는 식사의 질을 평가하는 주요 도구 중의 하나로서, NHANES I와 NHANES II의 cohort 연구에서 연령 보정 사망률이 DDS와 역의 상관관계 ( $p \leq 0.0009$ )를 나타낸다고 하였으며,<sup>42)</sup> DDS가 낮을수록 암과 심장질환에 대한 사망률이 증가했다고 보고하였다.<sup>43)</sup>

Fig. 1은 5가지 주요 식품군 (유제품군, 육류군, 곡류군, 과일류군, 채소류군)의 섭취 정도를 DDS로 나타내어 취업

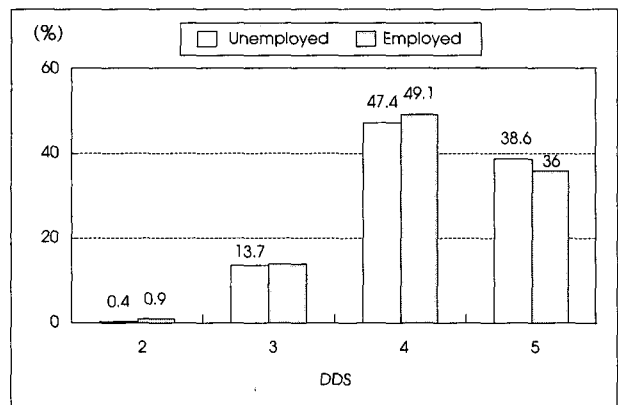


Fig. 1. Comparison of dietary diversity score (DDS)<sup>1)</sup> level between highly educated married, unemployed and employed women. <sup>1)</sup>: DDS counts the number of food groups daily consumed among total five food groups (dairy, meat, grain, fruit, vegetables).

여부별로 비교한 것이다. 두군 모두 DDS가 4점인 즉, 네 가지 식품군을 섭취한 사람들이 가장 많은 비율을 차지하여 전업주부 47.4%, 취업주부 49.1%를 나타내었다. 다음으로는 가장 바람직한 형태인 5가지 식품군을 모두 섭취한 사람들이 전업주부 38.6%, 취업주부 36%를 차지하여 식사의 다양성과 균형성 면에서 비교적 양호함을 나타내었다. 한편, 미국의 NHANES II 조사결과<sup>38)</sup>에 의하면 3, 4, 5가지 식품군을 섭취하는 사람들의 비율이 각각 20%, 40%, 35%였으며, 프랑스의 Val-de Marne study<sup>41)</sup>에서는 프랑스인의 87%가 5가지 식품군의 식품들을 섭취하고 있다고 보고하였다. 이를 본 연구대상자들과 비교해보면 우리나라의 고학력 전업주부와 취업주부는 식사의 균형도와 다양성면에 있어서 미국인과는 비슷하고 프랑스인에는 미치지 못함을 알 수 있었다.

Table 5는 DDS 점수대별로 5가지 주요 식품군 중 각각의 식품군을 섭취하지 않은 비율을 취업 여부별로 나타낸 것이다. DDS가 4점인 경우에 각 식품군을 섭취하지 않은 비율은 전업주부와 취업주부가 비슷하게 나타났고, 유제품군 (전업주부 82.2%, 취업주부 83.9%) > 과일군 (12.7%, 9.8%) > 육류군 (4.2%, 4.5%) > 채소군 (0.8%, 1.8%) 순으로 나타났다. DDS가 3점인 경우엔 전업주부와 취업주부 모두 유제품군 (47.1%, 43.7%), 과일군 (35.3%, 34.4%), 육류군 (14.7%, 12.5%)을 섭취하지 않은 비율이 거의 비슷했으나 전업주부가 약간 높았고, 채소군 (2.9%, 9.4%)을 섭취하지 않은 비율에 있어서는 취업주부가 전업주부에 비해 3배 가량 높게 나타났다. DDS가 2점인 경우엔 전업주부가 유제품군 (33.3%)이나 과일군 (33.3%)을 섭취하지 않은 비율이 취업주부 (유제품군 16.7%, 과일군 16.7%)에 비해 2배 가량 높았고, 취업주부는 전업주부에 비해 채소군을 섭취하지 않은 비율 (전업주부 0%, 취업주부 33.3%)이 매우 높게 나타났다.

따라서 4가지 군을 섭취할 경우엔 유제품군을, 3가지 군을 섭취할 경우엔 유제품군과 과일군을 섭취하지 않을 확률이 전업주부와 취업주부 모두 비슷하게 나타났고, 2가지

군만을 섭취할 경우엔 유제품군, 과일군, 육류군을 섭취하지 않을 확률이 전업주부가 취업주부에 비해 높았다. 그리고 DDS 점수가 낮을수록 채소군을 섭취하지 않은 전업주부와 취업주부의 비율의 차이가 많아졌는데, 전업주부에 비해 취업주부의 비율이 높게 나타났다. 선행연구<sup>30)</sup>에서도 고학력 기혼 여성들은 칼슘 섭취상태가 부족하다고 보고하였었는데, 위와 같은 결과는 칼슘 섭취 부족의 원인이 될 수 있는 유제품군의 섭취에 문제가 있음을 나타내고 있다. 그러므로 연령 증가와 비례하여 호발할 수 있는 여성의 주요 위험 질환인 골다공증 등의 예방을 위해서라도 유제품군의 섭취가 제외되지 않도록 그리고 유제품군의 섭취량을 증가시키는 것은 매우 중요하다고 사료된다. 아울러 고학력 기혼 여성들의 건강관리를 위해선 유제품군의 섭취를 권장하면서 다음으로 제외되기 쉬운 과일군의 섭취도 지속적으로 유지되도록 식사지도가 이루어져야 한다고 사료된다. 특히 고학력 취업주부는 식사의 질이 낮을수록 과일과 채소의 섭취도 불량하게 나타나 가정에서 또는 직장에서 이 두 군의 섭취량이 증가되도록 노력해야 할 것으로 보여지는데, 과일군과 채소군의 적당한 섭취는 건강증진을 위해 영양적으로 실천할 수 있는 가장 좋은 방법이다. 미국에선 만성 질환의 예방 및 건강증진을 위하여 과일 및 채소류를 하루에 5 servings size를 섭취하도록 하는 “5 a day for better health” 캠페인을 국가적으로 시행하고 있다. 우리나라도 현재 과일 및 채소군의 섭취에 대한 관심이 증가되고 있는 하나 더욱 적극적인 홍보가 필요하다고 본다.

### 5. 종 식품 점수 (Dietary variety score; DVS)

식사의 다양성은 식사의 질에 영향을 주는 가장 중요한 요인으로써,<sup>45)</sup> 하루에 섭취하는 식품의 총 가지수로 나타낼 수 있으며 그 사람의 영양 적정도를 반영해 준다<sup>46)</sup>고 한다. 또한 다양한 식품군을 선택하고 동일 식품군내에서도 다양한 종류의 식품을 섭취하면 특히, 비타민, 무기질 및 기타 다른 미량 영양소를 제공받게 되어 식사를 개선시키는 것으로 보고되고 있다.<sup>39)</sup> 이와 같이 식사의 다양성은 영양소 섭취 수준과 일관된 상관성을 보이며, 섭취식품의 중

**Table 5.** Comparison of proportion between highly educated married, unemployed and employed women who had not consumed each food group by different dietary diversity score (DDS) level (%)

Food group	DDS					
	2		3		4	
	Unemployed	Employed	Unemployed	Employed	Unemployed	Employed
Dairy	33.3	16.7	47.1	43.7	82.2	83.9
Meat	33.3	33.3	14.7	12.5	4.2	4.5
Grain	-	-	-	-	-	-
Fruit	33.3	16.7	35.3	34.4	12.7	9.8
Vegetable	0	33.3	2.9	9.4	0.8	1.8



류나 식품군의 수로 쉽게 측정될 수 있으므로 유용하고 편리한 식사의 질적 평가도구로 활용될 수 있다<sup>47)</sup>고 한다. 따라서 식사의 질을 평가하기 위하여 하루에 섭취한 식품의 총 가짓수로서 나타내는 DVS (dietary variety score)를 취업 여부별로 분석하여 Table 6에 제시하였다. 그러나 DVS 산정 기준은 다양한 조미료와 양념을 사용하는 우리나라 음식의 특성상 연구자마다 다른 실정이다. Shim<sup>40)</sup>은 우리나라 음식에서 양념의 섭취가 에너지, 지방, 베타카로틴 및 철분의 총 섭취량에 크게 영향을 미친다고 하여 조미료와 양념을 모두 포함시켜 DVS를 계산하였고, Lee 등<sup>48)</sup>은 고춧가루, 기름 및 설탕과 간장, 파, 마늘, 깨소금, 식초, 소금 등 같은 양념류라 하더라도 조리 시 매우 적은 양으로 쓰이게 되면 식품가짓수에서 제외하였고, 비교적 많은 양으로 쓰이게 되면 식품가짓수에 포함시켰다. 즉, 김치, 생채나 나물, 매운탕, 고추장찌개에 넣는 고춧가루와 고추장, 튀김과 부침에 쓰이는 기름, 강정 등에 쓰이는 설탕, 국과 찌개에 넣는 된장은 포함하였다. 따라서 본 연구에서는 우리나라의 음식 특성상, 그리고 조미료와 양념의 제외 기준량과 포함 기준량이 확실히 설정되어 있지 않은 점을 감안하여, 조미료와 양념을 모두 포함시켜 하루에 섭취한

식품의 총 가짓수를 계산한 DVSS와, 조미료와 양념을 모두 제외시킨 후 하루에 섭취한 식품의 총 가짓수를 계산한 DVS를 제시하였다.

본 연구 대상자들의 평균 DVSS는 31.2, 평균 DVS는 20.9로 나타났고, 취업 여부별로 유의한 차이를 나타낸 것은 조미료와 양념을 모두 포함시켜 식품의 총 가짓수를 계산한 DVSS였다. 취업주부 (31.9)가 전업주부 (30.6)에 비해 DVSS 점수가 유의하게 높았고, 유의하지는 않았지만 DVSS도 취업주부 (21.0)가 전업주부 (20.9)보다 높아 취업주부가 보다 다양한 식사를 하고 있음을 알 수 있었다. 이는 선행연구<sup>30)</sup>에서도 전반적으로 취업주부의 영양소 섭취 상태가 전업주부보다 좋았고, 또한 본 연구에서 취업주부는 전업주부보다 소득수준이 높은 사람의 비율이 많았으며, 하루 한번 학교에서 단체급식을 받는 교사였던 점을 감안한다면, 소득수준이 높을수록 그리고 단체급식을 실시했을 경우 영양적으로 보다 적절한 식사를 할 수 있다는 연구보고<sup>49,50)</sup>와도 일치된다고 사료된다.

Fig. 2는 DVSS의 분포를 나타낸 것이다. 연구 대상자들은 하루에 적게는 7가지에서 많게는 58가지의 다른 식품을 섭취하는 것으로 나타나, 이들의 식품 선택의 폭이 다양함을 보여주었다. 30가지를 기준으로 31가지 이상을 섭취한 구간에서는 취업주부의 비율이 전업주부보다 높았고, 30가지 이하 섭취한 구간에서는 전업주부의 비율이 취업주부보다 높게 나타나 취업주부들이 전업주부들 보다 식사의 다양도가 일관성 있게 높음을 알 수 있었다.

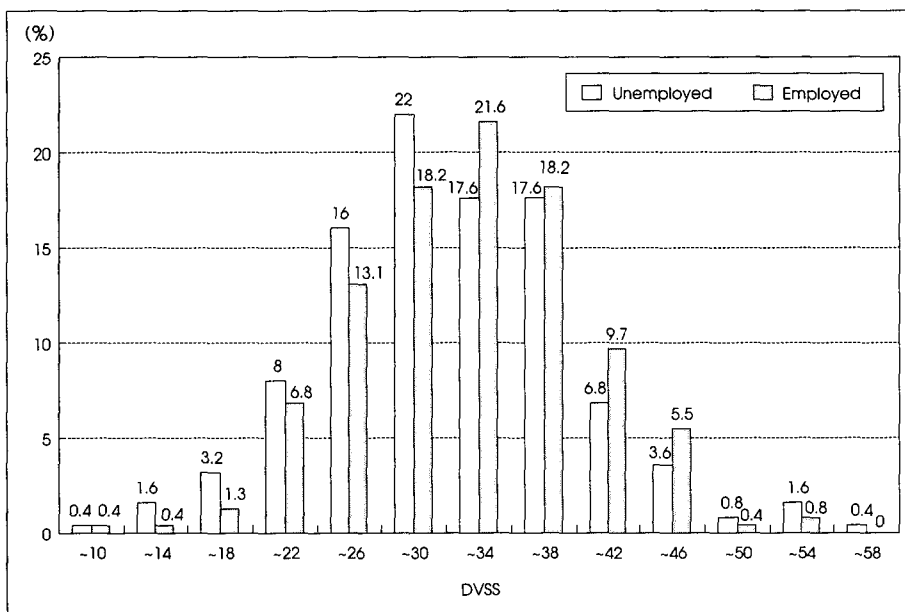
식사의 다양도를 반영하는 정확한 식품 가짓수가 확실히 정해져 있지는 않지만, 일본 후생성에서 1987년에 발

**Table 6.** Comparison of dietary variety score (DVS & DVSS) between highly educated married, unemployed and employed women

	Unemployed	Employed
DVS	20.9 ± 6.3	21.0 ± 6.7
DVSS <sup>1)</sup>	30.6 ± 7.8	31.9 ± 7.1 <sup>2)</sup>

1) Dietary variety score including condiments

2) Significance between highly educated married, unemployed and employed women by t-test (\* p < 0.05)



**Fig. 2.** Comparison of dietary variety score including condiments (DVSS) between highly educated married, unemployed and employed women.

표한 건강을 위한 국민 식생활 지침에서는 하루에 30가지 이상의 식품을 섭취할 것을 권장하고 있다.<sup>51)</sup> 본 연구에서는 양념류와 조미료를 제외한 DVS가 20~21가지였고, 양념류와 조미료를 모두 포함시킨 DVSS도 겨우 30가지를 넘은 수준인 30~31가지로 나타나, 선행연구<sup>30)</sup>에서도 보고한 바와 같이 영양소 섭취량은 권장량 이상 섭취했음에도 불구하고 고학력 기혼 여성들이 식사의 다양성면에 있어서는 그리 높은 수준은 아니라고 여겨진다.

## 요약 및 결론

대전 지역에 거주하는 전문대졸 이상의 고학력 기혼 여성들을 대상으로 식품섭취의 관점에서 취업여부별로 식사의 질을 평가하고자 전업주부 250명, 취업주부 (초·중·고교 교사) 236명, 총 486명을 대상으로 2001년 8월 6일부터 9월 26일까지 직접 면담을 통해 인구사회학적 변수와 건강습관 변수에 대한 설문지 조사와 24시간 회상법을 이용한 식사조사를 한 결과는 다음과 같다.

1) 식품군 섭취에서 전업주부의 총 식품 섭취량은 (1,554.0 g) 취업주부 (1,477.9 g)에 비해, 그리고 2001년도 우리나라 국민의 총 식품 섭취량 (1,314.7 g)에 비해 많았음에도 불구하고 버섯류, 해조류, 어패류 섭취량은 이 두 군에 비해 유의하게 적게 나타났고, 육류, 난류, 동물성 유지류 섭취량은 유의하게 높게 나타났다. 해조류 섭취는 전업주부와 취업주부 모두 2001년도 국민 1인 1일 평균 섭취량에 비해 매우 적었다. 결과적으로 전업주부는 취업주부에 비해 육류와 난류를, 취업주부는 전업주부에 비해 어패류를 유의적으로 많이 섭취하는 것으로 나타나 취업 여부에 따라 단백질 급원 식품이 다름을 알 수 있었다.

2) 우리 국민의 상용식품 1위인 쌀의 섭취량은 전업주부 149.8 g, 취업주부 193.9 g으로 2001년도 국민 1인 1일 평균 섭취량 215.9 g에 비해 적었다. 그러나 식품군별 섭취량에서 곡류 섭취량은 전업주부와 취업주부, 2001년도 국민 평균 1인 1일당 각각 317.9 g, 315.6 g, 310.5 g을 섭취하는 것으로 나타나 본 연구 대상자들인 고학력 기혼 여성 특히, 고학력 전업주부는 쌀과 함께 잡곡을 많이 이용하는 것으로 나타났다. 그리고 전업주부는 달걀, 돼지고기, 닭고기, 쇠고기 순으로 각각 29.7 g, 28.9 g, 27.2 g, 26.7 g을 섭취한 것으로 나타난 반면, 취업주부는 쇠고기, 달걀, 돼지고기 순으로 각각 29.6 g, 24.8 g, 20.5 g을 섭취하고 있는 것으로 나타나 전업주부가 육류를 더 섭취하는 것으로 나타났다.

3) DDS가 4점인 경우에 각 식품군을 섭취하지 않은 비

율은 전업주부와 취업주부가 비슷하게 나타났고, 유제품군 (전업주부 82.2%, 취업주부 83.9%) > 과일군 (12.7%, 9.8%) > 육류군 (4.2%, 4.5%) > 채소군 (0.8%, 1.8%) 순으로 나타났다. DDS가 3점인 경우엔 전업주부와 취업주부 모두 유제품군 (47.1%, 43.7%), 과일군 (35.3%, 34.4%) 육류군 (14.7%, 12.5%)을 섭취하지 않은 비율이 거의 비슷했으나 전업주부가 약간 높았고, 채소군 (2.9%, 9.4%)을 섭취하지 않은 비율에 있어서는 취업주부가 전업주부에 비해 3배 가량 높게 나타났다. DDS가 2점인 경우에는 전업주부의 유제품군 (33.3%)이나 과일군 (33.3%)을 섭취하지 않은 비율이 취업주부 (유제품군 16.7%, 과일군 16.7%)에 비해 2배 가량 높았고, 취업주부는 전업주부에 비해 채소군을 섭취하지 않은 비율 (전업주부 0%, 취업주부 33.3%)이 매우 높게 나타났다.

4) 조미료와 양념류 섭취를 포함한 총 식품 점수 (DVSS)에서 취업 여부별로 유의한 차이를 나타내어 취업주부 (31.9)가 전업주부 (30.6)에 비해 식사의 다양도가 높았다.

결론적으로 전업주부는 육류, 난류, 동물성 유지류 등 동물성 식품 섭취량이 매우 높게 나타났으므로 이에 대한 특별한 식생활 지도가 필요하며, 식품섭취 가짓수를 늘리는 등 식사의 다양성에도 관심을 갖아야 할 것으로 사료된다. 반면에 취업주부는 버섯류, 해조류, 어패류 섭취량이 비교적 많고, 식품섭취 가짓수에 있어서도 전업주부보다 높게 나타나 상대적으로 양호한 식사를 하고 있는 것으로 나타났다. 그러나 식사의 다양성면에서는 그리 높은 수준이 아니었으므로 식사의 질을 높일 수 있도록 영양교육의 수혜 기회를 마련하거나, 단체급식 메뉴를 개선해야 할 것이며, 직장에서는 공간적으로 또는 시간적으로 채소류의 섭취가 용이한 환경 마련에 힘써야 할 것이다. 또한 전업주부와 취업주부 모두를 위한 유제품군의 섭취 증가방안도 모색되어야 할 것이다.

## Literature cited

- 1) Nathanson CA. Illness and the feminine role: A theoretical review. *Soc Sci Med* 9(2): 57-62, 1975
- 2) Nathanson CA. Social roles and health status among women: the significance of employment. *Soc Sci Med* 14(6): 463-471, 1980
- 3) Verbrugge LM. Multiple roles and physical health of women and men. *J Health Soc Behav* 24(1): 16-30, 1983
- 4) Waldron I, Jacobs JA. Effects of labour free participation on women's health: New evidence from a longitudinal study. *J Occup Med* 30(12): 977-983, 1988
- 5) Annandale E, Hunt K. Gender inequalities in health: Research at the crossroads. In Annandale E & Hunt K (Eds.), *Gender ine-*

- qualities in health (pp.1-35). Buchingham, Oxford University Press, 2000
- 6) Sorensen G, Verbrugge LM. Women, work, and health. *Annu Rev Public Health* 8: 235-251, 1987
  - 7) Andre R. Homemakers. Korean Women's Development Institute, Seoul, 1987
  - 8) Artazcoz L, Borrell C, Benach J, Cortes I, Rohlfs I. Women, family demands and health: the importance of employment status and socio-economic position. *Soc Sci Med* 59: 263-274, 2004
  - 9) Waldron I, Weiss CC, Hughes ME. Interacting effects of multiple roles on women's health. *J Health Soc Behav* 39(3): 216-236, 1998
  - 10) Bartley M, Popay J, Plewis I. Domestic conditions, paid employment and women's experience of ill-health. *Sociol Health Illn* 14: 313-343, 1992
  - 11) Walters V, Denton R, French S, Eyles J, Mayr J, Newbold B. Paid work, unpaid work and social support: A study of the health of male and female nurses. *Soc Sci Med* 43(11): 1627-1636, 1996
  - 12) Bartley M, Sacker A, Firth D, Fitzpatrick R. Social position, social roles and women's health in England: Changing relationships 1984-1993. *Soc Sci Med* 48(1): 99-115, 1999
  - 13) Mackenbach JP, Kunst AE, Cavelaars AE, Groenhof F, Geurts JJ. Socio-economic inequalities in morbidity and mortality in western Europe. The EU working group on socio-economic inequalities in health. *Lancet* 349: 1655-1659, 1997
  - 14) James WPT, Nelson M, Ralph A, Leather S. Socio-economic determinants of health: the contribution of nutrition to inequalities in health. *BMJ* 314: 1545-1549, 1997
  - 15) Smith GD, Brunner E. Socio-economic differentials in health: the role of nutrition. *Proc Nutr Soc* 56: 75-90, 1997
  - 16) Kye SH, Lee HS, Park MA, Moon HK. The study on frequency consumed food items from 1993 Korean National Nutrition Survey (I)-Amount and frequency of foods-. *Korean J Dietary Culture* 11(5): 569-579, 1996
  - 17) Lee SY, Ju DL, Paik HY, Shin CS, Lee HK. Assessment of dietary intake obtained by 24-hour recall method in adults living in Yeonchon area (2): Assessment based on food group intake. *Korean J Nutr* 31(3): 343-353, 1998
  - 18) Dowler E. Inequalities in diet and physical activity in Europe. *Publ Health Nutr* 4(2B): 701-709, 2001
  - 19) Hulshof KFMA, Lowik MRH, Kok FJ, Wedel M, Brants HAM, Hermus RJJ, ten Hoor F. Diet and other life-style factors in high and low socio-economic group (Dutch Nutrition Surveillance System). *Eur J Clin Nutr* 45: 441-450, 1991
  - 20) Prattala R, Karisto A, Berg M. Consistency and variation in unhealthy behaviour among Finnish men, 1982-1990. *Soc Sci Med* 39:115-122, 1994
  - 21) Hjartaker A, Lund E. Relationship between dietary habits, age, lifestyle, and socio-economic status among adult Norwegian women. The Norwegian women and cancer study. *Eur J Clin Nutr* 52: 565-572, 1998
  - 22) Roos G, Prattala R, the FAIR-97-3096 Disparities group (tasks 4 and 5). Disparities in food habits-Review of research in 15 European countries. Publications of the national public health institute. B 24. 203. Helsinki. 1999
  - 23) De Irala-Estevez J, Groth M, Johansson L, Oltersdorf U, Prattala R, Martinez-Gonzalez MA. A systematic review of socio-economic differences in food habits in Europe: consumption of fruit and vegetables. *Eur J Clin Nutr* 54: 706-714, 2000
  - 24) Axelson ML. The impact of culture on food related behavior. *Annu Rev Nutr* 6: 345-363, 1986
  - 25) Murphy SP, Rose D, Hudes M, Viteri FE. Demographic and economic factors associated with dietary quality for adults in the 1987-88 Nationwide Food Consumption Survey. *J Am Diet Assoc* 92: 1352-1357, 1992
  - 26) Prattala R, Berg MA, Puska P. Diminishing or increasing contrasts? Social class variation in Finnish food consumption patterns 1979-1990. *Eur J Clin Nutr* 46: 279-287, 1992
  - 27) Osler M. Social class and health behaviour in Danish adults: a longitudinal study. *Public Health* 107: 251-260, 1993
  - 28) Dynesen AW, Haraldsdottir J, Holm L, Astrup A. Sociodemographic differences in dietary habits described by food frequency questions-results from Denmark. *Eur J Clin Nutr* 57: 1586-1597 2003
  - 29) The World Bank. World Development Indicators, 2005
  - 30) Choi JH. Assessment of dietary intake and physical activity, and development of health-promoting lifestyle model for highly educated married, employed and unemployed women. Chungnam National University. Dissertation, 2004
  - 31) KISS (Koreanstudies Information Service System, [http:// search.koreanstudies.net/](http://search.koreanstudies.net/)) search, 1968-2005
  - 32) Korea National Statistical Office. The 5<sup>th</sup> Korean Standard Classification of Occupations, 2000
  - 33) Central Employment Information Office. Report on the 5<sup>th</sup> Korean Standard Classification of Occupations-unit groups. Human Resources Development Service of Korea, 2002
  - 34) Central Employment Information Office. Report on 2004 Occupational Employment Statistics Survey. Human Resources Development Service of Korea, 2005
  - 35) Beaglehole B, Bonita R, Kjellstrom T. Basic Epidemiology. WHO, Geneva, 1993
  - 36) The Korean Nutrition Society. Computer Aided Nutrition Analysis Program [CAN, professional 2.0], 2002
  - 37) The Korean Nutrition Society. The 7th Recommended Dietary Allowances for Koreans, 2000
  - 38) Kant AK, Block G, Schatzkin A, Ziegler RG, Nestle M. Dietary diversity in the US population NHANES II, 1976-1980. *J Am Diet Assoc* 91: 1526-1531, 1991
  - 39) Krebs-Smith SM, Smiciklas-Wright HS, Guthrie HA, Krebs-Smith J. The effects of variety in food choice on dietary quality. *J Am Diet Assoc* 87: 897-903, 1987
  - 40) Shim JE, Ryu JY, Paik HY. Contribution of seasonings to nutrient intake assessed by food frequency questionnaire in adults in rural area of Korea. *Korean J Nutr* 30(10): 1211-1218, 1997
  - 41) Korea Health Industry Development Institute. Report on 2001 National Health and Nutrition Survey-Nutrition Survey-. Ministry of Health and Welfare, 2002
  - 42) Kant AK, Schatzkin A, Harris TB, Ziegler RG, Block G. Dietary diversity and subsequent mortality in the first national health and nutrition examination survey epidemiologic follow-up study. *Am J Clin Nutr* 57: 434-440. 1993

- 43) Kant AK, Graubard BI. Variability in selected indexes of overall diet quality. *Int J Vitam Nutr Res* 69(6) : 419-427, 1999
- 44) Drewnowski A, Henderson SA, Shore AB, Fischler C, Preziosi P, Hercberg S. Diet quality and dietary diversity in France: implications for the French paradox. *J Am Diet Assoc* 96(7) : 663-669, 1996
- 45) Caliendo MA, Sanjur D, Wright J, Cummings G. An ecological analysis: Nutritional status of preschool children. *J Am Diet Assoc* 71 : 20-26, 1977
- 46) Randall E, Nichaman MZ, Contant CF Jr. Diet diversity and nutrient intake. *J Am Diet Assoc* 85 : 830-836, 1985
- 47) Oh SY. Analysis of method on dietary quality assessment. Proceedings of the KSCN Conference 2000, 5 : 13-21, 2000
- 48) Lee JW, Hyun WJ, Kwak CS, Kim CI, Lee HS. Relationship between the number of different food consumed and nutrient intakes. *Korean Journal of Community Nutrition* 5(2S) : 297-306, 2000
- 49) Grotkowski ML, Sims LS. Nutritional knowledge, attitudes, and dietary practices of the elderly. *J Am Diet Assoc* 72 : 499-506, 1978
- 50) Roos E, Lahteenkorva SS, Lallukka T. Having lunch at a staff canteen is associated with recommended food habits. *Public Health Nutrition* 7(1) : 53-61, 2004
- 51) 일본후생성 보건의료국 건강증진영양과 감수. 건강을 만들기 위한 식생활 지침(대상특성별), 제일출판, 동경, 1991