

중년 주부들의 죽에 대한 인식 및 기호도 조사

†남혜원 · 변진원 · 현영희
수원여자대학 식품과학부

Perception and Preference of Korean Gruel among Housewives

†Hae-Won Nam, Jin-Won Pyun and Young-Hee Hyun
Dept. of Food Science, Suwon Women's College, Hwasung 445-895, Korea

Abstract

This study was carried out to investigate the perception and preference of the Korean gruels. The survey was conducted among housewives living in Seoul and Gyeonggi province using a questionnaire during September 2008. The responses of 313 housewives were analyzed by SPSS program. The results were as follows. The gruel served as a dainty or therapeutic diet. Among the subjects, 37.2% liked gruel because of 'special treat' or 'easy to digest', The reason of dislike of gruel was absence of chew or cumbersome cooking. They usually cooked gruel at home, and considered that goods on the market were expensive or unsanitary. The highly perceptive gruel was *Potjook*, *Dakjook*, *Hobakjook*. *Jeonbokjook*, *Hobakjook*, *Dakjook* were mostly preferred in order. Socio-demographic factors didn't affect the awareness of gruel, but there were significant correlations between the preference of gruel and the state of employment or monthly income. It is necessary to develop various and convenient to cook gruels to be consumed, riding on the trend of well-being and slow-food.

Key words: gruel, perception, preference, housewives.

서 론

죽은 농경문화가 싹트면서 최초로 시작된 곡물요리로서 곡식의 낱알이나 가루에 물을 붓고 오랫동안 끓여 완전히 호화시켜 만든 유동식 형태의 음식을 말한다. 죽의 기본재료는 곡물이지만, 다른 어떤 식품도 죽의 부재료가 될 수 있어 변화의 폭이 크다. 특히 곡물 이외의 재료로 식용 가능한 것은 초근목피로부터 수조, 어류와 열매, 과실류, 약이성 재료에 이르기까지 어떤 재료와도 잘 어울릴 수 있으며(Cho 등 1996; 김숙희 등 1998; June 등 1998; 구난숙 등 2004; Kim 등 2007), 제분 및 조리기구의 발달과 함께 여러 가지 형태로 다양하게 발달하였다. 문헌상(Cho & Shin 1996; 이효지 1998; 강인희 1998; Lee 등 2003)으로 여러 부재료를 함께 넣고 조리하는 죽 요리가 약 200여 종 보고되고 있으며, 첨가되는 부재료의

종류에 따라 보양식, 치료식, 식사 대용식, 별미식, 식욕 촉진식, 구황음식 등으로 널리 애용되고 있다.

모든 죽의 기본은 흰죽으로 사용된 재료는 주로 쌀이었다. 여기에 물의 첨가량에 따라 물이 3~4배이면 된죽, 6~7배이면 묽은 죽, 이보다 더 많으면 미음으로 분류하고 있다(Lee & Jum 2000; Lee 등 2005). 특히 흰쌀죽은 소화흡수성이 뛰어나 공복시와 소화불량 및 피로시에 좋은 음식으로 어린이나 노약자는 물론 소화기가 약하거나 설사, 탈수시도 유용한 식품이라고 보고되고 있다(Han & Oh 2001).

우리나라의 경우, 2000년대 이후 웰빙 생활양식이 우리의 삶에 깊숙이 파고들면서 수년전부터 죽에 대한 관심 또한 높아지고 있다(Myung 등 2007). 2002년 처음 죽 전문점이란 아이템이 시장에 나왔고, 그 이후로 지속적인 성장을 거듭해 현재는 50~60개의 죽 전문점 브랜드에 전국 가맹점이 2,000개

† Corresponding author: Hae-Won Nam, Dept. of Food Science, Suwon Women's College, Hwasung 445-895, Korea. Tel: +82-31-290-8934, Fax: +82-31-290-8924, E-mail: namhaewon@hanmail.net

나 될 만큼 성업 중이다. 연매출 또한 1,200~1,500억 원에 이를 만큼 시장 규모가 점점 커지고 있다(창업매가진 2008). 이렇게 죽 전문점이 고성장을 할 수 있었던 배경에는 죽은 전통적인 음식으로 몸이 아픈 사람이 건강을 회복하기 위해 섭취하는 음식이라는 기존의 고정관념에서 벗어나, 건강식을 기본으로 메뉴에 다양한 형태의 웰빙 요소를 접목시켜, 한 끼 식사 대용으로 누구나 즐길 수 있는 대중화된 아이টে엄으로 발전시켰다는데 있다. 일반인 대상으로는 한 끼 식사 대용으로도 충분하도록 메뉴를 개발했고, 여성들 대상으로는 웰빙 다이어트죽, 미용죽, 유아를 대상으로 한 이유식 등 죽의 기능적인 면을 강조한 다양한 형태의 메뉴를 선보였다. 그 결과 기존의 죽은 전통이란 의미에서 웰빙음식으로 소비자의 인식을 전환시키게 되었다.

예부터 전해 내려온 음식인 죽이 이와 같은 웰빙 열풍을 타고 건강식으로 각광을 받고 있음에도 불구하고 조리방법이 복잡하고 조리시간이 오래 걸리기 때문에 가정에서의 그 이용은 오히려 점차 감소되고 있다(Kim 2001; Kim & Choi 2004). 현대인은 편이와 기호 위주의 식생활을 지향하는 경향이 높아지기 때문에 인스턴트 식품이나 외식 빈도가 증가하는 경향을 보인다. 또한, 현재까지 보고되어 있는 죽에 관한 연구는 주로 여러 가지 식품 소재를 첨가한 죽의 재료 배합비에 따른 죽의 품질 특성 및 기호도 연구가 대부분(Cho 등 1996; Han & Oh 2001; Lee 등 2005; Kim 등 2007)으로 현대인들의 각종 죽에 대한 인식이나 기호도에 관한 조사는 많지 않은 실정이다.

이에 본 연구에서는 한국 전통음식인 죽의 인지도를 높여 소비를 향상시키고 다양한 죽의 개발이 이루어지는 토대를 마련하고자, 한 가정의 식생활을 책임지고 있는 주부들을 대상으로 죽에 대한 인식과 인지도 및 기호도를 조사하고자 하였다.

연구 방법

1. 조사대상 및 내용

서울과 수도권에 거주하는 주부를 편의추출하여 설문조사를 실시하였다. 설문 조사는 2008년 9월부터 11월 사이에 실시되었으며, 연구자들에 의해 작성된 설문지를 피설문자가 직접 자가기입하도록 하였다. 총 380부를 배부하였고 불완전한 응답으로 인하여 신뢰성이 부족한 것을 제외하고 313부를 통계분석에 이용하였다. 설문 내용은 크게 조사대상자의 일반사항, 죽에 대한 인식, 인지도 및 기호도로 이루어졌다.

제시된 30가지 죽의 종류는 선행 연구들(June 등 1998; June 등 1999; Lee & Jum 2000; Kim & Choi 2004)과 죽전문점의 메뉴 및 시중에서 판매되는 인스턴트 죽을 조사하여 결정하

였다. 각 죽에 대한 인지도 조사는 ‘먹어본 적이 있다’ 3점, ‘먹어 보지는 못했으나 알고 있다’ 2점, ‘먹어 보지 않았고 알지도 못한다’ 1점으로 평가하였다. 기호도는 인지도 조사에서 먹어 보았다고 답한 사람에게만 응답하도록 하였으며, 각 죽의 종류에 대하여 ‘매우 싫어한다’(1점)부터 ‘매우 좋아한다’(5점)까지 5점 척도를 실시하였다.

2. 통계분석

SPSS PC package program(ver. 10.0)을 사용하여 통계처리하였다. 조사대상자의 일반적인 사항과 죽에 대한 인식은 기술통계량인 빈도와 백분율로 구하였다. 인지도와 기호도는 평균과 표준편차를 구하였고, 이들 항목에 영향을 줄 수 있는 각 요인과의 관련성을 ANOVA test를 통해 $p < 0.05$ 수준에서 유의성을 검증하였으며, Duncan's multiple range test로 사후검증을 실시하였다.

결과 및 고찰

1. 일반사항

조사 대상자의 일반 특성은 Table 1과 같다. 연령은 40대가 54.7%로 가장 많았으며, 30대와 50대의 연령 분포는 20% 정도로 비슷하였다. 학력은 고졸(63.5%)이 높은 분포를 보였고, 대부분(92.0%) 핵가족 형태를 이루고 있었으며, 아파트에 사는 경우가 59.3%로 기타 주택에 거주하는 경우보다 많았다. 대상자의 61.2%는 전업주부였으나, 정규직 근무자도 25.2%에 달했으며, 시간제 근무자도 13.6%가 있었다. 월 평균소득은 200~400만원대가 60.8%였으며, 200만원 이하인 경우는 24.3%에 달했다. 식비 사용 관련 문항에서 응답자의 44.5%가 ‘일정 비율을 초과하지 않도록 한다’고 하고, ‘가능한 아끼려고 한다’고 한 사람도 33.3%에 달하여 계획적인 소비를 하고 있음을 짐작할 수 있었다.

2. 죽에 대한 인식

주부들이 생각하는 죽의 용도는 별미식(32.9%)이라는 의견이 제일 많았고, 그 뒤를 이어 치료식(24.5%), 식사 대용(20.8%), 보양식(12.4%), 다이어트식(3.4%) 순이었으며, 간식(30.6%)이나 아침 식사 대용(29.6%)으로 먹는 경우가 많았다(Table 2). June 등(1999)도 죽의 용도로는 식사 대용과 별미식, 치료식으로 섭취되고 있다고 하여 본 조사와 유사한 결과를 보여주고 있다. 죽에 대한 일반적인 선호도에 대하여 응답자의 37.2%는 죽을 좋아하나, 6.9%는 싫어한다는 반응을 보여 주었다. 죽을 좋아하는 이유(중복 선택)로는 죽의 특성인 소화하기 쉽고(33.1%), 먹기가 편해서(26.7%) 선호하는 경향이였다. 반면 죽을 싫어하는 이유(중복 선택)는 씹히는 느낌

Table 1. General characteristics

	Factors	Frequency	%
Age	30's	58	19.5
	40's	163	54.7
	50's	59	19.8
	>60's	18	6.0
	Total	298	100.0
Educational level	Middle school	40	13.7
	High school	186	63.5
	College	30	10.2
	University	34	11.6
	Graduate school	3	1.0
Total	293	100.0	
Type of family	Nuclear family	275	92.0
	Large family	24	8.0
	Total	299	100.0
Residential area	Seoul	63	21.1
	Incheon	21	7.0
	Gyeonggido	200	66.9
	etc.	15	5.0
	Total	299	100.0
Type of residence	Apartment	178	59.3
	House	60	20.0
	Multiplex house	56	18.7
	Stored house	6	2.0
	Total	300	100.0
Job	Housewife	175	61.2
	Arbeit	39	13.6
	Full-time job	72	25.2
	Total	286	100.0
Monthly income (10,000 Won)	<200	70	24.3
	200~300	99	34.4
	300~400	76	26.4
	400~500	27	9.3
	>500	16	5.6
Total	288	100.0	
Intention of food expenses	Lavish	66	22.2
	Spend according to plan	132	44.5
	Spare expense	99	33.3
	Total	297	100.0

이 없고(32.6%) 조리법이 번거로워서(19.9%)라는 응답이 많았다. 편리함을 추구하는 현대인들의 생활습관 때문에 지속적으로 주의를 기울이고 시간이 많이 소요되는 조리법을 기피하는 경향이 결국 죽의 보급화에 장애가 되고 있음을 알 수

Table 2. Perception to gruel

	Factors	Frequency	%
Purpose to eat	Healthy food	37	12.4
	Dainty	98	32.9
	As a meal	62	20.8
	Diet	10	3.4
	Therapeutic use	73	24.5
	Snack	18	6.0
Total	298	100.0	
Time to eat	Breakfast	84	29.6
	Lunch	50	17.6
	Supper	63	22.2
	Between meals	87	30.6
Total	284	100.0	
Preference	Like	102	37.2
	So so	153	55.8
	Dislike	19	6.9
Total	274	100.0	
Reason of preference	Easy to digest	119	33.1
	Good taste	69	19.2
	Convenient to eat	96	26.7
	Helpful to diet	22	6.1
	Facilitate appetite	28	7.8
Variable kinds	25	7.0	
Total	359	100.0	
Reason of dislike	Tasteless	23	16.3
	Inconvenient to eat	6	4.3
	Cumbersome cooking	28	19.9
	Too much juicy	14	9.9
	Absence of chew	46	32.6
	Not variable kinds	9	6.4
	Not nutritious	15	10.6
Total	141	100.0	
Ways to get gruel	Cook at home	154	52.0
	Use of special restaurant	78	26.4
	Use of instant food	10	3.4
	Cook at home or use of goods on markets	54	18.2
Total	296	100.0	
Problem of goods on market place	Tasteless	90	15.7
	Insufficient in quantity	64	11.2
	Expensive	226	39.4
	Not nutritious	59	10.3
	Unsanitary	97	16.9
Not variable	37	6.5	
Total	573	100.0	

있었다. June 등(1999)은 성별, 연령에 따라 죽을 먹는 시기에 차이가 있다고 하였다. 여성들은 주로 죽을 식사 대응으로 먹고 있으나, 남성들은 간식으로 많이 이용한다고 하였고, 젊을 수록 아침 식사로 애용하나 50대 이상에선 점심으로 섭취하는 경우가 많다고 하였다.

최근 죽전문점이 증가하고 있으나 아직은 가정에서 직접 죽을 조리하여 섭취하는 경우가 가장 많았고(52.0%), 전문죽 집을 활용하는 경우는 26.4%, 가공식품으로서의 죽을 섭취하는 경우는 3.4%에 불과한 것으로 나타났다. 시판되는 죽에 대한 문제점(중복 선택)으로는 가격이 비싼 것이 가장 문제가 되었고(39.4%), 비위생적이라고 생각하고 있었으며(16.9%), 맛이 덜하다는 응답이 뒤를 이었다(15.7%). June 등(1999)은 시중에서 죽을 사는 경우 맛과 위생, 영양가 등에 관심을 두므로 죽 개발시 이러한 점을 고려해야 한다고 하였다.

3. 죽에 대한 인지도 및 기호도

30가지 죽에 대한 인지도 조사(Fig. 1)에서 조사 대상자들이 가장 많이 먹었다고 응답한 죽은 팔죽(96.3%)이었다. 이는 우리 민족의 절식인 동지팔죽이 아직도 우리 생활에 남아 있음을 보여주는 예가 될 것이다. 이어서 닭죽(94.6%), 호박죽(94.0%), 전복죽(93.9%)도 많은 응답자들이 먹어본 품목이었다. 그러나 대추죽(15.9%), 성계죽(16.1%), 김치낙지죽(19.5%) 등은 먹어보았다는 비율이 20%도 채 안되는 것으로 나타났다. 또한, 죽의 재료면으로 볼 때 닭죽(94.6%)과 쇠고기죽(87.5%)과 같은 육류 재료의 죽에 대한 섭취 경험이 비교적 높았다. 한편, 먹어 보지도 않았고 존재조차 잘 모른다고 한 죽의 종류로는 김치낙지죽(55.9%), 대추죽(50.0%), 성계죽(49.1%), 우유죽(41.1%) 순으로 나타났다. 반면 팔죽(0.4%), 호박죽(1.1%), 전복죽(1.1%), 닭죽(1.9%), 잣죽(2.6%)에 대해 모르는 사람은 거의 없어서 섭취 경험과 일치하는 결과를 보였다. 대학생을 대상으로 한 조사(Kim & Choi 2004)에서도 인지도가 가장 높았던 제품은 단팔죽으로 남녀 대학생의 81.4%가 인지하고 있었고, 남녀 학생 모두 먹어본 경험이 많은 죽은 단팔죽과 호박죽이라고 하였다.

죽에 대한 기호도 조사 결과(Fig. 2) 전복죽(4.14±0.91)과 호박죽(4.08±0.86), 닭죽(3.79±1.06) 순으로 높은 점수를 보였다. 이 3가지는 섭취 경험 조사에서도 최상위를 차지한 것으로 보아 한국인이 가장 즐겨찾고 좋아하는 죽임을 알 수 있었다. Kim & Choi(2004)도 전복죽, 닭죽의 기호도가 높았다고 하였다. 한편, 우유죽(2.73±0.82), 대추죽(2.92±0.76), 마죽(2.92±0.82), 성계죽(2.94±0.99)에 대한 기호는 낮았는데 이 또한 섭취 경험과 비슷한 양상을 보이고 있다.

사회인구학적 특성이 죽에 대한 인지도 및 기호도에 영향을 미치는지 분석한 결과가 Table 3에 나타나 있다. 죽에 대

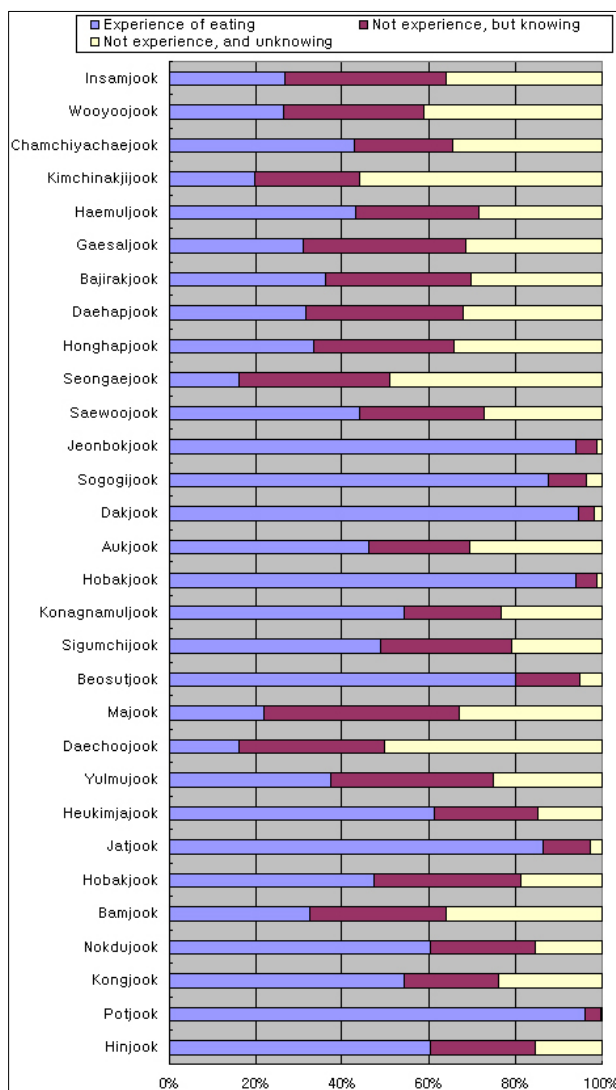


Fig. 1. Awareness of gruels.

한 인지도에 사회인구학적 특성은 별다른 영향을 주지 않았다. 죽에 대한 총 기호는 어머니의 직업(p<0.05) 및 월수입(p<0.05)과 상관관계를 가지고 있는 것으로 나타났다. 즉, 전업주부보다는 취업 여성들이, 또 월수입이 많을수록 죽에 대한 기호도가 높았다.

요약 및 결론

한국 전통음식인 죽의 보급화 및 가공식품화라는 시대적인 흐름에 알맞은 기초자료를 제공하고자 서울과 경기지역 주부들을 대상으로 죽에 대한 인식과 인지도 및 기호도에 대한 조사를 한 결과는 다음과 같다.

주부들이 생각하는 죽의 용도는 별미식(32.9%)이라는 의견

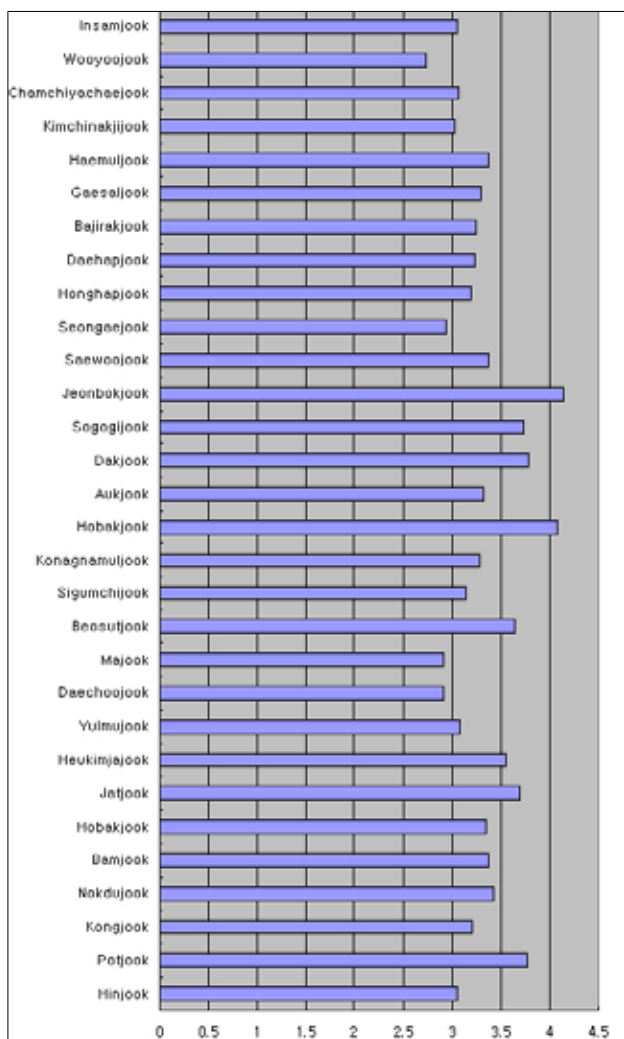


Fig. 2. Preference for gruels.

이 제일 많았고, 응답자의 37.2%가 죽을 좋아한다고 하였는데 그 이유로는 소화하기 쉽고(33.1%), 먹기가 편해서(26.7%) 선호하는 경향이였다. 한편, 6.9%는 싫어한다고 응답하였는데, 씹히는 느낌이 없고(32.6%) 조리법이 번거롭기(19.9%) 때문 이라고 하였다. 또한, 응답자의 39.1%가 평균 1달에 1번 정도 죽을 섭취하고 있었으며, 간식(30.6%)이나 아침 식사 대 용(29.6%)으로 먹는 경우가 많았다. 죽전문점의 이용률은 아 직 그리 높지 않아(26.4%) 가정에서 직접 죽을 조리하여 섭취 하는 경우가 더 많았다(52.0%). 시판되는 죽에 대한 문제점으 로는 비싼 가격(39.4%)과 비위생적이라는 생각(16.9%), 그리고 맛이 없다는 응답이 뒤를 이었다(15.7%).

30가지 죽류에 대한 인지도 및 기호도 조사에서 팔죽(96.3%), 닭죽(94.6%), 호박죽(94.0%), 전복죽(93.9%)에 대한 인지도가 높았고, 기호도는 전복죽(4.14±0.91), 호박죽(4.08± 0.86), 닭죽 (3.79±1.06) 순으로 높은 점수를 보였다. 사회인구학적 특성

은 죽에 대한 인지도에 별다른 영향을 주지 않았으나, 주부의 직업($p<0.05$) 여부와 월수입($p<0.05$)은 기호도에 영향을 주어 전업주부보다는 취업 여성들이, 또 월수입이 많을수록 죽에 대한 기호도도 높았다.

최근의 웰빙, 미용, 다이어트 등 자연건강식에 대한 소비 자의 욕구가 갈수록 증가함에 따라 앞으로 죽에 대한 관심과 소비는 증가할 것으로 사료된다. 따라서 가정에서는 물론, 외 식시장에서 활용할 수 있는 좀 더 간편하고 다양하며 영양가 높은 죽의 개발 및 대중화가 필요하다고 생각된다.

감사의 글

본 연구는 2009년도 수원여자대학 순수연구비의 지원을 받았으며, 이에 감사드립니다.

참고문헌

강인희. 1998. 한국의 떡 pp.39. 대한교과서출판사
 구난숙, 권순자, 이경애, 이선영. 2004. 세계속의 음식문화 pp.33-35. 교문사
 김숙희, 장문정, 조미숙, 정혜경, 오세영, 장영애. 1998. 식생 활의 문화적 이해 pp.147-148. 신광출판사
 이효지. 1998. 한국의 음식문화. pp.173-176. 신광출판사
 창업매가진. 2008년 1월호. <http://www.bizplace.co.kr/>. 2009.1.5 방문
 Cho EJ, Shin HS. 1996. Analytical study of jook appeared in the books. *Korean J Dietary Culture* 11:609-619
 Cho HJ, Ahn CK, Yum CA. 1996. A study on the preference of *hobakjook* upon material & mixing ratio change. *Korean J Soc Food Sci* 12:146-185
 Han SH, Oh MS. 2001. A comparative study on quality characteristics of *jook*(traditional Korean rice gruel) made of imported and domestic rices. *Korean J Soc Food Cookery Sci* 17:604-610
 June JH, Yoon JY, Kim HS. 1998. A study on the preference of Korean traditional jook. *Korean J Dietary Culture* 13: 497-507
 June JH, Yoon JY, Kim HS. 1999. Perception of 'jook' by the individual characteristics of Korean. *Korean J Soc Food Sci* 15:565-578
 Kim AJ, Kim MW, Woo NY. 2007. Processing of convenient rice gruels with sericultures. *Korean J Food & Nutr* 20: 179-184
 Kim HS, Choi EJ. 2004. Awareness and preference for the

Table 3. Effect of socio-demographic factors on awareness/preference for gruels

	Factors	Awareness for gruels	Preference for gruels
Age	30's	2.23±0.29	3.10±0.73
	40's	2.26±0.34	3.31±0.46
	50's	2.20±0.29	3.24±0.46
	>60's	2.46±0.11	3.24±0.37
	<i>F</i> -value	1.062	1.072
Educational level	Middle school	2.23±0.39	3.31±0.51
	High school	2.24±0.30	3.21±0.51
	College	2.21±0.32	3.34±0.52
	University	2.33±0.32	3.42±0.67
	Graduate school	2.83±0.31	3.37±0.50
	<i>F</i> -value	0.299	0.644
Type of family	Nuclear family	2.24±0.31	3.24±0.52
	Large family	2.34±0.41	3.45±0.53
	<i>t</i> -value	-1.123	-1.345
Residential area	Seoul	2.24±0.31	3.27±0.45
	Incheon	2.44±0.42	3.13±0.58
	Gyeonggi-do	2.23±0.31	3.39±0.57
	etc.	2.31±0.23	3.21±0.34
	<i>F</i> -value	1.912	1.714
Type of residence	Apartment	2.25±0.31	3.22±0.49
	House	2.33±0.32	3.44±0.44
	Multiplex house	2.16±0.33	3.15±0.62
	Stored house	2.35±0.40	3.62±0.42
	<i>F</i> -value	1.693	2.222
Job	Housewife	2.26±0.30	3.17±0.52 ^a
	Arbeit	2.28±0.28	3.46±0.41 ^b
	Full-time job	2.21±0.37	3.32±0.56 ^{ab}
	<i>F</i> -value	0.418	4.407*
Monthly income (10,000 Won)	<200	2.20±0.29	3.22±0.45 ^a
	200~300	2.21±0.34	3.18±0.54 ^a
	300~400	2.31±0.32	3.29±0.54 ^a
	400~500	2.25±0.33	3.38±0.52 ^{ab}
	>500	2.38±0.29	3.45±0.35 ^b
	<i>F</i> -value	1.374	3.377*
Intention of food expenses	Lavish	2.25±0.32	3.20±0.63
	Spend according to plan	2.28±0.31	3.31±0.49
	Spare expense	2.20±0.34	3.22±0.50
	<i>F</i> -value	1.049	0.669

* $p < 0.05$, ^{ab} Duncan's multiple comparison.

commercial Korean traditional foods among college students in Gyeonggi province. *J of Human Ecology* 8:181-195

Kim SM. 2001. A study on the attitudes of the university students in the Kyung-book area on the traditional foods(II)

- the recognition, the seasonal customs and the life style.
Korean J Food Cookery Science 17:139-148
- Lee HJ, Jum JI. 2000. Research of kinds of rice porridges and recipes of it. *Korean J Food Nutr* 13:281-290
- Lee HJ, Jang PS, Lee YH. 2003. Classification and category determination of Korean traditional cereal foods. *Food Science Industry* 36:47-65
- Lee HI, Pak HO, Lee SY. 2005. A study of optimum conditions in preparing gruel with black bean germ sprout source. *Korean J Food Nutr* 18:287-294
- Myung CO, Park YS, Nam HW, Lee, KW. 2007. A study on college students' awareness and life pattern on well-being. *J East Asian Soc Dietary Life* 17:27-42
-
- (2009년 3월 25일 접수; 2009년 7월 2일 채택)