

## 서울지역 중학생의 한국전통음식에 대한 인식도

오나영<sup>1</sup> · 한명주<sup>2\*</sup>

경희대학교 교육대학원 가정교육학과, 경희대학교 식품영양학과

A study on the perception of Korean traditional food by middle school students in Seoul

Na Young Oh<sup>1</sup>, Myung Joo Han<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Department of Home Economic Education, Graduate School of Education, Kyung Hee University

<sup>2</sup>Department of Food and Nutrition, Kyung Hee University

### Abstract

The objective of this study was to investigate a method to improve and to increase the utilization of Korean traditional food in middle school students by examining preferences and perceptions. Middle school students in Seoul area were surveyed from 29 November to 6 December 2007. The results are summarized as follows: 83.9% students ate Korean food as breakfast. The reasons for the success of Korean food were 'Nation's traditional food' (29.2%), 'fit in taste' (27.4%), and 'suitable match of nutrients' (24.8%). Students responded that the following needed to be changed in order to improve Korean food: 'alleviation of strong taste' (30.3%), 'various cooking methods' (23.9%), and 'convenience of eating the food' (22.1%). Meal preferences in this survey of middle school students were 'Korean food' (4.09), 'Western food' (4.08), 'Japanese food' (4.00), 'Chinese food' (3.91) and 'Fast food' (3.55). Perceptions in the taste of Korean food were 'spicy taste' (3.28), 'hot taste' (3.22), and 'salty taste' (3.15). Male students (3.23) perceived a higher salty taste than female students (3.05). Expectations for the taste of Korean food included 'spicy taste' (3.16) and hot taste (3.03). Male students (3.25) anticipated the spicier taste more than female students (3.05).

Key Words: improvement, Korean traditional food, food preferences, expectations

### 1. 서 론

한국전통음식은 주식과 부식으로 나누며 음식의 종류와 그에 따른 조리법이 매우 다양하다. 주식으로 밥, 죽, 미음, 만두, 국수, 떡국, 수제비 등이 있으며 부식으로 국, 찌개, 전골, 볶음, 찜, 조림, 초, 전, 구이, 편육, 나물, 생채, 회, 마른반찬, 찜, 젓갈, 장아찌, 김치 등이 있다(윤 1988). 우리음식은 양념으로 간장, 고추장, 고춧가루, 마늘, 생강, 소금, 파, 설탕, 참기름, 깨소금, 후춧가루 등을 넣어 식품재료에 여러 가지로 양념이 어우러진 복잡한 맛을 낸다(황 등 1990). 그리고 음식 위에 고명을 얹어서 시각적 효과를 돋우고, 고명으로는 잣가루, 통깨, 달걀 황·백 지단, 석이채, 표고 버섯채, 밤, 대추, 은행, 호도, 실고추 등을 사용하였다(윤 1988). 이렇듯 다양한 소재를 이용한 조리법으로 고된 영양섭취가 가능한 우리의 전통 식생활은 핵가족화, 주거형태의 변화, 여성의 사회진출이 증가 함에 따라 간편성과 편리성을 추구하게 되었다. 따라서 인스턴트 식품이나 패스트 푸드의 소비가 증가하였고, 그 결과, 고열량, 고지방,

고당질의 섭취에 의한 생활습관병이 증가하고 있다(Choi 등 2002; Kim 등 2008).

특히 청소년기의 균형 잡힌 영양섭취는 신체발육과 성장에 기여할 뿐만 아니라 정신적 발달, 성격형성, 집중력에도 영양을 미치는 것으로 보고되고 있다(Kim 2005). 어린이와 청소년층을 중심으로 햄버거, 피자 등 서구음식에 대한 선호도가 높아지면서 수요도 증가하여 점차 한국전통음식에 대한 섭취 빈도가 낮아지고 있다(Park & Lee 2000; Gang 등 2006; Lee & Kim 2006). 최근 전통음식은 영양적인 우수성을 인정받아 일상식으로 뿐 아니라 생활습관병을 예방할 수 있는 건강식으로 인정받고 있다(Han & Song 2003; Chang 등 2004; Kim 2005; Kang & Kim 2009). 그러나, 한국전통음식은 조리방법, 맛, 영양측면에서 많은 장점을 가지고 있으나 신세대들의 전통음식에 대한 인지도가 낮고 수요가 증가하지 않아 상품화에 어려움이 있으므로 상품 가치를 높이기 위한 연구가 필요한 것으로 보고되고 있다(Jin & Cho 2007; Jin 등 2008).

따라서 본 연구는 중학생의 한국 전통음식에 대한 인식과

\*Corresponding author: Myung Joo Han, Dept. of Food and Nutrition, Kyung Hee University, 1 Hoegidong, Dongdaemungu, Seoul 130-171, Korea  
Tel: 82-2-961-0553 Fax: 82-2-968-0260 E-mail: mjhan@khu.ac.kr

계승 발전에 대한 의견을 조사하여 전통음식의 관심과 이용도를 높이기 위한 방안을 모색하며 청소년들에게 전통음식의 섭취를 증대시키기 위한 한식개발 및 식단 작성 시 필요한 기초자료를 제공하고자 하였다.

## II. 연구방법

### 1. 조사대상 및 기간

본 연구는 서울강북지역에 소재한 2개 중학교에 설문지 총 500부를 배포하여 478부(회수율 95.6%)를 회수한 후, 기재 미비한 설문지를 제외한 438부(87.6%)를 분석자료로 이용하였다. 조사기간은 2007년 11월 29일부터 12월 6일까지 실시하였다.

### 2. 조사 내용 및 방법

본 연구에 사용된 설문지는 일반적 사항 9문항, 식사 실태조사 11문항, 한식에 대한 평가 6문항, 한식에 대한 인식도조사 10문항으로 구성하였다.

식사에 대한 선호도를 묻는 문항은 5점 척도(1=매우 싫다, 5=매우 좋다)로 측정하였다. 한식의 맛의 인식도는 매운맛, 짠맛, 단맛, 신맛, 기름진맛, 양념맛에서 실제로 먹고 있는 맛의 정도를 5점 척도(1=매우 약하다, 5=매우 강하다)로 측정하였고 자신이 원하는 맛의 기대치 정도를 5점 척도(1=매우 약하면 좋겠다, 5=매우 강하면 좋겠다)로 측정하였다.

### 3. 자료처리 방법

수집된 자료는 SAS(Statistical Analysis System) program을 이용하였고, 빈도와 백분율로 표시한 자료의 유의성 검증은  $\chi^2$ -test로 검증하였다. 점수화된 자료는 평균과 표준편차로 나타내었고 성별에 따른 유의성은 T-test에 의하여 분석하였다.

## III. 연구결과 및 고찰

### 1. 조사 대상자의 일반적 특성

조사대상자의 일반적 특성은 <Table 1>에서 보는 바와 같이 핵가족이 385명(88.1%)으로 대다수였으며 아버지 직업은 회사원 128명(29.6%), 상업 96명(22.2%), 전문직 65명(15.1%)순 이었다. 어머니의 직업 유무에 관해서는 '있다'라고 응답한 남학생이 157명(68.9%) 여학생 148명(71.2%)으로 305명(69.95%)의 학생이 어머니의 직업이 '있다'라고 응답해 70%에 달하는 가정이 맞벌이를 하고 있는 것으로 조사되었다. 가족의 한달 총수입은 '200-300만원 미만' (28.6%), '400만원 이상'(26.2%), '300-400만원 미만' (22.3%), '100-200만원 미만'(19.3%), '100만원 미만' (3.7%) 순이었다.

### 2. 식사 실태에 관한 사항

중학생의 식사 실태는 <Table 2>에서와 같이 성별에 따

<Table 1> General characteristics of middle school students

N(%)

| Characteristics                           | Male       | Female     | Total        |
|---|------------|------------|--------------|
| <b>Type of Family</b>                     |            |            |              |
| Small Family                              | 202 (88.2) | 183 (88.0) | 385 (88.1)   |
| Large Family                              | 27 (11.8)  | 25 (12.0)  | 52 (11.9)    |
| Total                                     | 229 (52.4) | 208 (47.6) | 437 (100)    |
| <b>Father's job</b>                       |            |            |              |
| Office worker                             | 65 (28.9)  | 63 (30.4)  | 128 (29.6)   |
| Commercial business                       | 49 (21.8)  | 47 (22.7)  | 96 (22.2)    |
| Livestock, agriculture, forestry          | 2 (0.9)    | 5 (2.4)    | 7 (1.6)      |
| Production employee, Driver, Simple labor | 24 (10.7)  | 21 (10.1)  | 45 (10.4)    |
| Public official                           | 16 (7.1)   | 16 (7.7)   | 32 (7.4)     |
| Professional worker                       | 31 (13.8)  | 34 (16.4)  | 65 (15.1)    |
| Others                                    | 38 (16.9)  | 21 (10.1)  | 59 (13.7)    |
| Total                                     | 225 (52.1) | 207 (47.9) | 432 (100)    |
| <b>Mother's employment</b>                |            |            |              |
| Yes                                       | 157 (68.9) | 148 (71.2) | 305 (70.0)   |
| No  | 71 (31.1)  | 60 (28.9)  | 131 (30.1)   |
| Total                                     | 228 (52.3) | 208 (47.7) | 436 (100)    |
| <b>Family monthly income (10,000 won)</b> |            |            |              |
| Income <100                               | 11 (5.3)   | 4 (1.98)   | 15 (3.7)     |
| 100≤ Income <200                          | 45 (21.7)  | 34 (16.83) | 79 (19.3)    |
| 200≤ Income <300                          | 50 (24.2)  | 67 (33.17) | 117 (28.6)   |
| 300≤ Income <400                          | 42 (20.3)  | 49 (24.26) | 91 (22.2)    |
| 400≤ Income                               | 59 (28.5)  | 48 (23.76) | 107 (26.2)   |
| Total                                     | 207 (50.6) | 202 (49.4) | 409 (100.00) |

<Table 2> The Eating attitudes of middle school students

N(%)

| Characteristics                 | Male       | Female     | Total      |                                   |
|---------------------------------|------------|------------|------------|-----------------------------------|
| <u>Meals per day</u>            |            |            |            |                                   |
| 1                               | 4 (1.8)    | 3 (1.4)    | 7 (1.6)    | df=3<br>$\chi^2=1.03$<br>p=0.7949 |
| 2                               | 44 (19.2)  | 48 (23.0)  | 92 (21.0)  |                                   |
| 3                               | 163 (71.2) | 141 (67.5) | 304 (69.4) |                                   |
| 4                               | 18 (7.9)   | 17 (8.1)   | 35 (8.0)   |                                   |
| Total                           | 229 (52.3) | 209 (47.7) | 438 (100)  |                                   |
| <u>Regular meal</u>             |            |            |            |                                   |
| Yes                             | 101 (44.1) | 89 (42.6)  | 190 (43.4) | df=2<br>$\chi^2=1.17$<br>p=0.5564 |
| Sometimes                       | 89 (38.9)  | 76 (36.4)  | 165 (37.7) |                                   |
| No                              | 39 (17.0)  | 44 (21.1)  | 83 (18.9)  |                                   |
| Total                           | 229 (52.3) | 209 (47.7) | 438 (100)  |                                   |
| <u>Unbalanced diet</u>          |            |            |            |                                   |
| Yes                             | 26 (11.4)  | 20 (9.6)   | 46 (10.5)  | df=2<br>$\chi^2=0.46$<br>p=0.7946 |
| Sometimes                       | 127 (55.5) | 121 (57.9) | 248 (56.6) |                                   |
| No                              | 76 (33.2)  | 68 (32.5)  | 144 (32.9) |                                   |
| Total                           | 229 (52.3) | 209 (47.7) | 438 (100)  |                                   |
| <u>The most important meal</u>  |            |            |            |                                   |
| Breakfast                       | 79 (34.5)  | 71 (34.0)  | 150 (34.2) | df=3<br>$\chi^2=4.33$<br>p=0.2278 |
| Lunch                           | 51 (22.3)  | 61 (29.2)  | 112 (25.6) |                                   |
| Dinner                          | 51 (22.3)  | 46 (22.0)  | 97 (22.2)  |                                   |
| All                             | 48 (21.0)  | 31 (14.8)  | 79 (18.0)  |                                   |
| Total                           | 229 (52.3) | 209 (47.7) | 438 (100)  |                                   |
| <u>Skipping meal</u>            |            |            |            |                                   |
| Breakfast                       | 115 (50.4) | 102 (48.8) | 217 (49.7) | df=3<br>$\chi^2=2.33$<br>p=0.5073 |
| Lunch                           | 5 (2.2)    | 5 (2.4)    | 10 (2.3)   |                                   |
| Dinner                          | 43 (18.9)  | 51 (24.4)  | 94 (21.5)  |                                   |
| None                            | 65 (28.5)  | 51 (24.4)  | 116 (26.5) |                                   |
| Total                           | 228 (52.2) | 209 (47.8) | 437 (100)  |                                   |
| <u>Reason for skipping meal</u> |            |            |            |                                   |
| No appetite                     | 59 (29.7)  | 41 (23.0)  | 100 (26.5) | df=5<br>$\chi^2=5.01$<br>p=0.4151 |
| Diet                            | 14 (7.0)   | 16 (9.0)   | 30 (8.0)   |                                   |
| Lack of time                    | 107 (53.8) | 93 (52.3)  | 200 (53.1) |                                   |
| No favorite meal                | 10 (5.0)   | 15 (8.4)   | 25 (6.6)   |                                   |
| Indigestion                     | 8 (4.0)    | 11 (6.2)   | 19 (5.0)   |                                   |
| Others                          | 1 (0.5)    | 2 (1.1)    | 3 (0.8)    |                                   |
| Total                           | 199 (52.8) | 178 (47.2) | 377 (100)  |                                   |
| <u>Take a breakfast</u>         |            |            |            |                                   |
| Yes                             | 170(74.2)  | 152(72.7)  | 322(73.5)  | df=1<br>$\chi^2=0.13$<br>p=0.7208 |
| No                              | 59(25.8)   | 57(27.3)   | 116(26.5)  |                                   |
| Total                           | 229(52.3)  | 116(26.5)  | 438(100)   |                                   |
| <u>Type of breakfast</u>        |            |            |            |                                   |
| Korean food                     | 140(82.4)  | 130(85.5)  | 270(83.9)  | df=5<br>$\chi^2=3.55$<br>p=0.6154 |
| Bread and milk                  | 22(12.9)   | 14(9.2)    | 36(11.2)   |                                   |
| Milk                            | 2(1.2)     | 2(1.3)     | 4(1.2)     |                                   |
| Fruit                           | 2(1.2)     | 3(2.0)     | 5(1.6)     |                                   |
| Uncooked food                   | 2(1.2)     | 3(2.0)     | 5(1.6)     |                                   |
| Others                          | 2(1.2)     | 0(0.0)     | 2(0.6)     |                                   |
| Total                           | 170(52.8)  | 152(47.2)  | 322(100)   |                                   |

른 유의성은 나타나지 않았다. 조사대상자의 69.2%가 '하루에 3회 섭취한다'고 응답하였으며, '2회'(21.0%), '4회 이상'(8.0%), '1회'(1.6%)의 순으로 조사되었다. 규칙적인 식

사 여부에 대해서는 조사대상자의 43.4%가 '그렇다', 37.7%가 '가끔 그렇다', 19.0%가 '아니다'라고 응답하였다. 편식정도는 조사대상자의 56.6%가 '조금 한다', 32.9%가

&lt;Table 3&gt; The opinion about Korean food of middle school students

N(%)

| Characteristics                          | Male       | Female     | Total      |   |
|--|------------|------------|------------|---|
| <u>Eating Korean food per day</u>        |            |            |            |   |
| Every meals                              | 97 (42.4)  | 117 (56.0) | 214 (48.9) | df=4<br>$\chi^2=14.46^{**}$<br>p=0.0060 |
| 2 times/day                              | 71 (31.0)  | 64 (30.6)  | 135 (30.8) |   |
| 1 time/day                               | 36 (15.7)  | 16 (7.7)   | 52 (11.9)  |   |
| 2-3 times/week                           | 17 (7.4)   | 10 (4.8)   | 27 (6.2)   |   |
| 1 time/week                              | 8 (3.5)    | 2 (1.0)    | 10 (2.3)   |   |
| Total                                    | 229 (52.3) | 209 (47.7) | 438 (100)  |   |
| <u>Reason for eating Korean food</u>     |            |            |            |   |
| Good taste                               | 37 (16.2)  | 27 (12.9)  | 64 (14.7)  | df=6<br>$\chi^2=4.82$<br>p=0.5669       |
| Just habit                               | 137 (60.1) | 135 (64.5) | 272 (62.2) |   |
| Good for health                          | 22 (9.7)   | 17 (8.1)   | 39 (8.9)   |   |
| Because of tradition food                | 5 (2.2)    | 5 (2.4)    | 10 (2.3)   |   |
| Parents' inducement                      | 22 (9.7)   | 24 (11.5)  | 46 (10.5)  |   |
| Lose Weight                              | 2 (0.9)    | 1 (0.5)    | 3 (0.7)    |   |
| Others                                   | 3 (1.3)    | 0 (0.0)    | 3 (0.7)    |   |
| Total                                    | 228 (52.2) | 209 (47.8) | 437 (100)  |   |
| <u>Reason for succeeding Korean food</u> |            |            |            |   |
| Nation's traditional food                | 69 (30.7)  | 57 (27.7)  | 126 (29.2) | df=4<br>$\chi^2=5.34$<br>p=0.2539       |
| Globalization of tradition food          | 48 (21.3)  | 31 (15.1)  | 79 (18.3)  |   |
| Fit into taste                           | 57 (25.3)  | 61 (29.6)  | 118 (27.4) |   |
| Suitable match of nutrients              | 51 (22.7)  | 56 (27.2)  | 107 (24.8) |   |
| Others                                   | 0 (0.0)    | 1 (0.5)    | 1 (0.2)    |   |
| Total                                    | 225 (52.2) | 206 (47.8) | 431 (100)  |   |
| <u>Improvement of Korean food</u>        |            |            |            |   |
| Simplification of cooking process        | 15 (6.6)   | 17 (8.2)   | 32 (7.4)   | df=5<br>$\chi^2=2.21$<br>p=0.8200       |
| Alleviation of strong taste              | 67 (29.5)  | 65 (31.3)  | 132 (30.3) |   |
| Hygiene                                  | 36 (15.9)  | 31 (14.9)  | 67 (15.4)  |   |
| Various cooking method                   | 60 (26.4)  | 44 (21.2)  | 104 (23.9) |   |
| Convenience                              | 47 (20.7)  | 49 (23.6)  | 96 (22.1)  |   |
| Others                                   | 2 (0.9)    | 2 (1.0)    | 4 (0.9)    |   |
| Total                                    | 227 (52.2) | 208 (47.8) | 435 (100)  |   |

\*\*p&lt;0.01

‘하지 않는다’, 10.5%가 ‘매우 심하다’라고 응답하였고, 가장 중요시하는 식사(34.3%)와 거르는 식사(49.7%)에 대한 질문 모두 아침식사라는 응답이 가장 높았다. 식사를 거르는 이유로는 ‘시간부족’(53.1%), ‘식욕이 없어서’(26.5%), ‘체중을 줄이기 위해서’(8.0%) 순으로 나타났고 26.5%가 ‘아침을 먹지 않는다’라고 응답하였다.

아침식사의 메뉴 종류는 ‘한식’(83.9%), ‘빵과 우유’(11.2%), ‘과일’(1.6%), ‘생식’(1.6%)의 순이었다. Park (2004)의 김제지역 중고등학생의 식습관에 대한 연구에서도 아침식사 메뉴로 ‘한식’(77.5%), ‘빵, 우유, 시리얼’(10.9%), ‘죽’(1.2%)의 순으로 본 연구결과와 유사하였다. Lee(2002)의 초등학생을 대상으로 한 연구에서는 어머니의 학력이 높고 대도시에 거주할수록 한식보다는 빵을 먹는 경우가 많았고 한 끼 식사에 사용되는 반찬의 가짓수는 줄어들고 아침식사가 간소화되고 있었다. 그러므로 한식이 아침식사의 메뉴로 계속 자리하기 위해서는 메뉴와 조리법의 단순화와 간편화가 필요하다는 점을 인지할 수 있다.

### 3. 한식에 대한 견해

중학생의 한식에 대한 견해는 <Table 3>과 같다. 하루에 한식 섭취 횟수는 조사대상자의 48.9%가 ‘세끼 모두’라고 응답하였으며, ‘하루에 2회’(30.8%), ‘하루에 1회’(11.9%), ‘일주일에 2-3회’(6.2%)의 순으로 나타났다. 남학생(42.4%)보다 여학생(56.0%)이 한식을 ‘세끼 모두’ 섭취하는 비율이 높았다(p<0.01). 한식을 섭취하는 이유는 ‘습관적으로’(62.2%), ‘맛있어서’(14.7%), ‘부모님의 권유로’(10.5%)순이었고 성별에 따른 유의성은 나타나지 않았다. 강원지역 일부 대학생을 대상으로 한 Min & Park(2004)의 연구결과에서도 한국음식을 좋아하는 이유에 대해서는 ‘맛이 좋아서’, ‘손쉽게 접할 수 있어서’, ‘한국음식이라는 자긍심이 있어서’의 순으로 나타났다.

한식을 계승하고 발전시켜야 하는 이유로는 ‘우리의 고유한 전통음식이므로’(29.2%), ‘입맛에 적합하므로’(27.4%), ‘영양소의 배합이 합리적이므로’(24.8%)로 조사되었다. Kang(1996)의 도시, 농촌 중학생을 대상으로 한 연구에서

<Table 4> Preference<sup>1)</sup> on the meal of middle school students

| Characteristics | Male      | Female    | Total     |                    |
|-----------------|-----------|-----------|-----------|--------------------|
| Korean food     | 4.15±0.87 | 4.02±0.83 | 4.09±0.85 | T=1.64 (p=0.1014)  |
| Western food    | 4.13±0.85 | 4.02±0.77 | 4.08±0.83 | T=1.36 (p=0.1745)  |
| Chinese food    | 3.96±0.92 | 3.86±0.80 | 3.91±0.86 | T=1.28 (p=0.2022)  |
| Japanese food   | 4.06±1.12 | 3.93±1.04 | 4.00±1.09 | T=1.20 (p=0.2322)  |
| Fast foods      | 3.67±1.12 | 3.43±0.94 | 3.55±1.04 | T=2.41* (p=0.0162) |

<sup>1)</sup>1=dislike extremely 5=like extremely  
\*p<0.05

<Table 5> Performance<sup>1)</sup> and expectation<sup>2)</sup> on the taste of Korean food Mean±SD

| Characteristics    | Male      | Female    | Total     |                     |
|--------------------|-----------|-----------|-----------|---------------------|
| <u>Performance</u> |           |           |           |                     |
| Hot taste          | 3.25±0.83 | 3.20±0.78 | 3.22±0.81 | T=0.68 (p=0.4936)   |
| Salty taste        | 3.23±0.86 | 3.07±0.82 | 3.15±0.84 | T=2.06* (p=0.0402)  |
| Sweet taste        | 2.81±2.76 | 2.67±0.82 | 2.74±2.07 | T=0.76 (p=0.4457)   |
| Sour taste         | 2.48±2.22 | 2.32±0.89 | 2.40±1.72 | T=0.92 (p=0.3588)   |
| Fatty taste        | 2.55±1.05 | 2.55±1.01 | 2.55±1.03 | T=-0.04 (p=0.9646)  |
| Spicy taste        | 3.33±0.89 | 3.22±0.79 | 3.28±0.85 | T=1.33 (p=0.1839)   |
| <u>Expectation</u> |           |           |           |                     |
| Hot taste          | 3.16±0.81 | 3.03±0.85 | 3.10±0.83 | T=1.67 (p=0.0949)   |
| Salty taste        | 2.75±0.76 | 2.67±0.77 | 2.71±0.77 | T=1.11 (p=0.2679)   |
| Sweet taste        | 2.63±0.73 | 2.76±0.80 | 2.69±0.77 | T=-1.74 (p=0.0832)  |
| Sour taste         | 2.33±0.86 | 2.49±0.87 | 2.41±0.87 | T=-1.89 (p=0.0594)  |
| Fatty taste        | 2.26±0.91 | 2.09±0.91 | 2.18±0.91 | T=1.92 (p=0.0954)   |
| Spicy taste        | 3.25±0.78 | 3.05±0.79 | 3.16±0.79 | T=2.73** (p=0.0065) |

<sup>1)</sup>1=very weak, 5=very strong  
<sup>2)</sup>1=want to be weak, 5=want to be strong  
\*p<0.05, \*\*p<0.01

전통 음식의 계승 발전의 이유로 ‘우리의 고유한 전통이기 때문’(50%), ‘우리 입맛에 적합하기 때문’(22%)으로 본 연구 결과와 비슷한 양상을 보였다.

한식의 개선해야 할 점은 ‘자극적인 맛의 완화’(30.3%), ‘다양한 조리법’(23.9%), ‘먹기 간편하게’(22.1%)로 나타났다. Oh(1995)의 서울시내 일부 남,녀 고등학생을 대상으로 한 연구에서 한국전통음식의 개선 방향은 ‘조리방법’(45.5%), ‘맛’(16.4%), ‘영양적인 면’(14.3%)으로 응답하였는데 본 연구결과 신세대들은 한식의 자극적인 맛을 완화하고 간편한 음식을 개발하는 것을 바라는 것으로 나타났다.

4. 식사에 대한 선호도

식사에 대한 선호도는 <Table 4>에서 보는 바와 같이 한식(4.09), 서양식(4.08), 일식(4.00), 중식(3.91), 패스트푸드(3.55)의 순이었고 패스트푸드의 선호도에서만 성별에 따른 유의성이 나타났다. 패스트푸드의 선호도는 3.55로 비교적 낮게 나타났으며 여학생(3.43)의 선호도가 남학생(3.67)보다 낮았는데 학생들이 한식이외에 햄버거, 피자 등을 즐겨 섭취한다는 사회의 우려와는 달리 웰빙시대에 맞추어 학생들의 선호도가 변화한 것으로 사료된다. Park(2004)은 김제지역의 남녀 중고등학생들을 대상으로 한 식생활에 대한 조사에도 한식을 가장 선호한다는 비율이 전체의

56.7%로 가장 높은 비율을 나타내었다.

5. 한식에 대한 맛에 대한 정도와 기대치

현재 인식하고 있는 한식의 맛과 기대치의 정도는 <Table 5>와 같다. 한식의 맛에 대한 인식도는 양념맛(3.28), 매운맛(3.22), 짠맛(3.15)로 보통 이상으로 인식하였고 양념맛과 매운맛은 성별에 따른 차이가 없었으나 짠맛에 대한 인식도는 남학생(3.23)이 여학생(3.07)보다 높았다. 이와는 대조적으로 단맛(2.74), 신맛(2.40), 기름진 맛(2.55)에 대해서는 수치가 낮게 나타났다.

한식의 맛에 대한 기대치는 양념맛(3.18), 매운맛(3.10)이었고 양념맛은 남학생(3.25)이 여학생(3.05)보다 더 강하게 기대하였다. 그러나 짠맛(2.71), 단맛(2.69), 신맛(2.41), 기름진맛(2.18)은 강하지 않은 맛을 원했다.

한식의 맛에 대한 인지정도과 기대치의 차이를 조사해본 결과 학생들은 가장 변화되었으면 하는 맛으로 짠맛을 선택하였다. 짠맛은 남학생이 0.49, 여학생이 0.40으로 차이가 가장 컸으며, 기름진 맛의 경우도 남학생 0.29, 여학생 0.46의 차이를 나타내었다.

Yoo(2003)의 김치에 대한 인지도 및 기호도 연구에 따르면 김치의 맛 중에서도 매운맛을 가장 선호하는 것으로 나타났다. 본 연구 결과에서도 한식은 매운맛이 강하다고 답

<Table 6> Perception<sup>1)</sup> of Korean Food

| Characteristics   | Male      | Female    | Total     |                        |
|---|-----------|-----------|-----------|------------------------|
| Korean food should be transmitted to descendant because of our traditional food | 4.30±0.78 | 4.21±0.77 | 4.25±0.78 | T=-0.50<br>(p=0.6157)  |
| Korean food should be developed as a global food                                | 4.02±0.92 | 4.09±0.82 | 4.05±0.87 | T=-0.90<br>(p=0.3713)  |
| Various modern Korean food should be developed.                                 | 3.97±1.00 | 4.03±0.83 | 4.00±0.92 | T=-0.79<br>(p=0.4315)  |
| Necessity of menu development for young ages                                    | 3.92±1.00 | 4.10±0.74 | 4.00±0.89 | T=-2.09*<br>(p=0.0370) |
| Korean food is good for health.   | 4.28±0.76 | 4.29±0.73 | 4.28±0.74 | T=-0.08<br>(p=0.9380)  |
| Korean food is good for weight loss because of high fiber and low fat contents. | 3.92±0.89 | 3.90±0.94 | 3.91±0.91 | T=0.26<br>(p=0.7947)   |
| Korean food is economical food.   | 3.34±1.04 | 3.29±0.93 | 3.31±0.99 | T=0.54<br>(p=0.5877)   |
| Korean food has strong taste (spicy , salty etc)                                | 3.57±0.94 | 3.40±0.94 | 3.49±0.94 | T=1.85<br>(p=0.0646)   |
| Cooking process of Korean Food is complex and take long time                    | 3.58±0.99 | 3.69±0.89 | 3.63±0.94 | T=-1.17<br>(p=0.2413)  |
| Korean food lose its position because of western food and fast food.            | 3.46±1.22 | 3.48±1.00 | 3.42±1.12 | T=-0.21<br>(p=0.8358)  |

<sup>1)</sup>1=disagree extremely, 5=agree extremely

\*p<0.05

하였는데, 그 이유는 학생들이 느끼는 맛 중에 가장 자극적인 매운맛에 민감하게 반응하기 때문으로 사료된다.

#### 7. 한식에 대한 인식도

한식에 대한 인식도는 <Table 6>에서 보는 바와 같이 '신세대에 맞춘 메뉴개발이 필요하다'에서만 여학생(4.10)이 남학생(3.92)보다 높게 나타났다. '한식은 영양적으로 우수하고 건강적이다'(4.28), '한식의 계승이 필요하다'(4.25), '한식을 세계적인 음식으로 개발해야한다'(4.05), '한식을 현대에 맞게 다양화해야 한다'(4.00), '신세대에 맞춘 메뉴개발의 필요하다'(4.00)는 높게 인식하고 있었다. 그리고 '한식은 다이어트에 좋은 음식이다'는 3.91이었고 '한식은 경제적인 음식이다'는 3.31로 나타났다. '한식은 자극성이 강하다'(3.49), '한식은 조리과정이 복잡하다'(3.63), '서양음식과 패스트푸드에 밀려 한식의 설자리를 잃고 있다'(3.42)는 중학생들이 크게 인식하지 않았다.

Yoon(2007)의 경기 일부지역 중학생과 학부모를 대상으로 한 연구에서 한식에 대한 인식을 묻는 질문에서 '영양이 높은 건강식품이다'(4.51), '우리체질에 맞는 우수식품이다'(4.42)로 한식에 대한 전반적인 인식이 좋게 나타났으며 또한 한식의 계승 필요성을 묻는 질문에서는 '매우 필요하다'라는 응답이 44.4%로 높게 나타나 본 연구 결과와 유사한 결과를 보였다.

## IV. 결론 및 요약

본 연구는 서울 지역의 중학생을 대상으로 한국 전통 음식에 대한 인식도, 섭취빈도, 한국 음식의 계승 발전시키고

개선에 대한 의견 등을 조사하였다. 본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

1. 조사대상자는 총 438명으로 남자 229명, 여자 209명이었으며, 가족 수는 핵가족 385명(88.1%), 대가족 52명(11.9%), 아버지 직업은 회사원(29.6%)이 가장 많았다. 어머니가 직업을 가지고 있는 중학생이 70.0%이었고 가족의 한달 수입은 '200만원 이상'이 77.0%이었다.

2. 조사대상자의 69.2%가 '하루에 3회 섭취한다'고 응답하였으며 가장 중요시하는 식사(34.2%)와 거르는 식사(49.7%) 모두 아침식사라는 응답이 가장 높았다. 식사를 거르는 이유로는 '시간부족'(53.1%), '식욕이 없어서'(26.5%), '체중을 줄이기 위해서'(8.0%) 순이었다. 아침식사의 형태는 '한식'(83.9%)의 분포가 높았고 다음이 '빵과 우유'(11.2%)로 나타났다.

3. 조사대상자의 48.9%가 '세끼 모두' 한식을 섭취한다고 하였고 남학생(42.4%)보다 여학생(56.0%)이 한식을 '세끼 모두' 섭취하는 비율이 높았다. 한식을 계승하고 발전시켜야 하는 이유로는 '우리의 고유한 전통음식이므로'(29.2%), '입맛에 적합하므로'(27.4%), '영양소의 배합이 합리적'으로 24.8%로 조사되었다. 한식의 개선해야 할 점은 '자극적인 맛의 완화'(30.3%), '다양한 조리법'(23.9%), '먹기 간편하게'(22.1%)로 나타났다.

4. 식사에 대한 선호도는 한식(4.09), 서양식(4.08), 일식(4.00), 중식(3.91)의 순이었고 성별에 따른 유의성은 나타나지 않았다. 패스트푸드의 선호도는 3.55로 비교적 낮게 나타났으며 여학생(3.43)의 선호도가 남학생(3.67)보다 낮았다.

5. 한식의 맛에 대한 인식도는 양념맛(3.28), 매운맛

(3.22), 짬뽕(3.15)은 보통이상으로 인식하였고 짬뽕에 대한 인식도는 남학생(3.23)이 여학생(3.07)보다 높았다. 한식의 맛에 대한 기대치는 양념맛(3.18), 매운맛(3.10)이었고 양념맛은 남학생(3.25)이 여학생(3.05)보다 더 강하게 기대하였다.

6. ‘한식은 영양적으로 우수하고 건강적이다’(4.28), ‘한식의 계승이 필요하다’(4.25)로 높은 인식수준을 보였다. ‘한식을 세계적인 음식으로 개발해야 한다’(4.05), ‘한식을 현대에 맞게 다양화해야 한다’(4.00), ‘신세대에 맞춘 메뉴 개발이 필요하다’(4.00)를 인식하고 있었다. ‘한식은 자극성이 강하다’(3.49), ‘한식은 조리과정이 복잡하다’(3.63), ‘서양음식과 패스트푸드에 밀려 한식의 설자리를 잃고 있다’(3.42)는 중학생들이 크게 인식하지 않았다.

이상의 연구결과로 부터 다음과 같은 제언을 하고자 한다. 청소년기는 신체적·정신적·성적 성숙으로 발육이 활발하게 일어나는 시기로 필요한 영양소를 충분히 섭취하고 올바른 영양지식에 의한 실천이 이루어져야 한다. 영양실천 과정에서 가장 중요한 것은 개인의 올바른 식습관이다. 한국 전통음식은 우리 민족의 생활 여건에 알맞게 발달되었고 특히 질병을 예방하여 건강을 조절하고 저항력을 길러주는 각종 영양소가 골고루 포함되어 있다. 그러므로 우리의 전통 음식인 한식에 대한 필요성과 올바른 의식을 갖도록 학부모와 교사의 지속적인 관심과 사회적 지원이 요구된다.

## ■ 참고문헌

- 윤서석. 1988. 한국음식 역사와 조리. 수학사. 서울. pp 50-67
- 황혜성, 한복려, 한복진. 한국의 전통음식. 교문사. 서울. pp 66-72
- Chang HJ, Yang IS, Chung L, Shin SY. 2004. The study on the present status of overseas and domestic tourism products focusing on traditional foods. Korean J. Food Culture, 19(4):392-398
- Choi MS, Jung EH, Hyun TS. 2002. Perception and preference of Korean traditional foods by elementary school students in Chungbuk province. Korean J. Dietary Culture, 17(4):399-410
- Gang MS, Lee EH, Chyun JH. 2006. A study of the Korean traditional food consumption of the elementary school children in urban and rural area. Korean J. Dietary Culture, 21(4):357-365
- Han KS, Song BC. 2003. A study on discover and perception of the native local foods in Wonju region. Korean J. Dietary Culture, 18(4):365-378
- Jin YH, Cho JO. 2007. The effect of the next generation's recognition of traditional food on the popularization of food service industry. The Korean J. Culinary Research, 13(5):1-11
- Jin YH, Jo JO, Moon HY. 2008. A study on the effect of traditional food acceptability of College students with food majors in Seoul on menu development. The Korean J. Culinary Research, 14(4):176-187
- Kang US. 1996. A Comparison study on the perception and preference of Korean traditional food in urban and rural middle school students. MS thesis, Inha University. pp 52-54
- Kang JH, Kim JE. 2009. A survey of the perception of the superior factors of Korean traditional foods by College students with food related majors. Korean J. Food Culture, 24(2):155-163
- Kim JH, Lee JE, Yoon JH, Lim YS, Yoo JY, Jung IK. 2008. Perceptions of Korean traditional foods by junior high school students and their parents in Kyunggi province of Korea. Korean J. Community Living Science. 19(1):63-74
- Kim JS. 2005. Universalizing Korean foods. Korean J. Food Culture, 20(5):499-507
- Kim SK. 2005. A study on eating habits and intake features of processed food of male and female senior high school seniors. MS thesis, Chonbuk University. p 64
- Lee MY. 2002. A study on elementary school children's consciousness and preference of Korean traditional food and fast food. MS thesis, Inha University. pp 7-12
- Lee MY, Kim YA. 2006. The perception and utilization of traditional food and fast food of elementary school children in Ansan area. The Korean J. Home Economics Association, 44(10):109-120
- Min SH, Park OJ. 2004. A survey on the Korean food preference. frequency and nutritional knowledge of College students in Kangwondo area. Korean J. Dietary culture 19(1):43-51
- Oh MY. 1995. A study on the perception. knowledge. preference of Korean traditional food - Focused on middle school students in Seoul. MS thesis, Hanyang University. pp 60-82
- Park BH. 2004. A survey on the perception and preference of Korean food students. MS thesis, Chonbuk University. pp 15-46
- Park ES, Lee KH. 2000. The Intake. Preference. and Utilization of Kimchi in Female High School Students. Korean J Community Nutrition, 5(4):598-607
- Yoo YH. 2003. Food preferences in Kimchi for tradition food. MS thesis, Kyonggi University. pp 1-27
- Yoon JH. 2007. The perception on Korean traditional food in junior high school students and their parents in Gyeonggi Province. MS thesis, Chungang University. pp 1-13