

전업 주부와 직업 주부의 식생활 평가 및 영양 지식에 관한 비교 연구

신경옥¹ · 윤진아² · 이준식¹ · 정근희^{1†}

¹삼육대학교 식품영양학과, ²배화여자대학 식품영양과

A Comparative Study of the Dietary Assessment and Knowledge of (Full-Time) Housewives and Working (Job-Holding) Housewives

Kyung-Ok Shin¹, Jin-A Yoon², Jun-Sik Lee¹ and Keun-Hee Chung^{1†}

¹Dept. of Food and Nutrition, Sahmyook University, Seoul 139-742, Korea

²Dept. of Food and Nutrition, Baewha Women's College University, Seoul 110-735, Korea

Abstract

This was conducted to investigate the dietary assessment, food preferences, snack intake, priority order in food purchase, and knowledge of diet of full-time housewives and working housewives through the use of a questionnaire. The participants (127 working housewives and 86 housewives) were selected at random from Seoul and its vicinity. The predominant job reported by working housewives was saleswomen and specialized job (20.7%). The average monthly income of both housewives and working housewives ranged from 3,000,000 to 5,000,000 won. Forty percent of housewives consumed more meat, fish, eggs, beans, and tofu, while 50.0% of housewives ate vegetables other than kimchi at every meal, 51.2% of housewives consumed one serving of fruit and one cup of fruit juice, 45.3% of housewives consumed three regular meals, and 60.5% of housewives consumed a balanced diet when compared with working housewives ($p<0.05$). Working housewives consumed beverages, ice cream, milk, and dairy products, while housewives consumed breads, sweet potato, potato, and fruit as snacks. The preference that most often led to food selection was flavor among working housewives (67.7%) and housewives (64.0%). Both working housewives and housewives always confirmed the day of food production. Generally, housewives were more interested in learning about food, creating a dietary plan, nutrient loss during cooking and reducing waste food when compared with working housewives. Housewives appeared to have better dietary assessment and knowledge than working housewives. Accordingly, it is advisable to prepare more systemic education programs for working housewives.

Key words : Housewives, working housewives, mini dietary assessment, processed foods, knowledge in diet.

서 론

최근 건강에 관심이 높아지면서 언론 매체와 다양한 정보지를 통해 영양에 관한 지식들을 쉽게 접할 수 있게 되었다. 그러나 잘못된 정보들과 영양 보충제의 오·남용으로 오히려 건강을 해칠 수 있는 원인이 되기도 한다. 식생활은 건강 유지에 가장 기본적인 요소이며, 개인의 식생활은 연령, 교육 수준, 직업의 유무, 경제 수준, 가족 구성원의 형태, 거주지 등의 복합적인 환경적인 요인 등에 따라 영향을 받게 된다(Kim WK 1992). 또한 한 가정의 식생활을 담당하고 있는 주부들의 가치관과 의식의 변화 및 직업의 유무에 따라서도 식생활의 변화는 매우 크다. 주부의 식생활에 대한 이해와 태도는 가족의 식생활을 좌우하는 중요한 역할을 담당하고,

나아가서는 가족들의 식품 섭취 및 건강 상태에 영향을 주게 된다(Kwon & Jang 1994). 주부들에게 올바른 영양 지식을 전하기 위해서는 효과적이고 실질적인 영양교육이 필요하며, 올바른 식습관의 확립과 영양 상태의 개선이 중요하다(Jang & Kwon 1995). 주부의 사회 진출은 직업상의 지위를 확보하며, 직업을 통해 소득을 얻고, 자신의 자아 실현을 할 수 있는 기회인 반면에, 가정에서의 주부 역할의 소홀함과 가정생활에 불편을 끼치는 등의 부담감을 가지고 있는 것으로 나타났다(Bellante & Foster 1984, Choi et al 2002). 또한 전업 주부는 가사 노동에 전념하다보니 고립감을 느낄 수 있으며, 소득을 얻지 못하는 것에 대한 실망감 등을 느낄 수 있고, 자기 계발의 성취감을 얻을 수 없다고 한다(Choi et al 2002).

현대 사회가 도시화, 핵가족화 되면서 소비의 형태도 변화가 생겨 편의성 가공식품의 소비가 증가하는 추세이다(Yoon et al 1998). 실제로 가공식품은 원료를 가공 처리하여 운반

* Corresponding author : Keun-Hee Chung, Tel : +82-2-3399-1651, Fax : +82-2-3399-1655, E-mail : khchung@syu.ac.kr

과 저장이 간편하고, 먹기 쉬우며, 조리시간의 절약 등으로 누구나 쉽게 접할 수 있으며, 구입이 가능하다(Lee KJ 1995). 가공식품의 경우, 식품 첨가물의 종류와 사용량, 유통 과정상의 안정성, 유통 기한이나 성분 등을 잘 살펴보고 소비자가 선택을 해야 할 것이다. Park YS의 연구(1996)에서는 주부의 가공식품 이용은 주부의 취업 유무가 영향이 없다고 하였으며, Lee KJ의 연구(1995)에서는 식습관에 따른 가공식품의 소비정도는 식습관이 좋은 집단이 가공식품의 소비 정도가 낮은 것으로 보고하였다. 또한 선행 연구(Han & Joo 2005, Ahn et al 2007, Choi et al 2008)에서 보면, 간식의 섭취로 가공식품의 이용도가 높으며, 30~40세의 비만 여성들은 간식으로 과일, 빵, 국수류, 과자 및 음료수 등을 많이 섭취하였다고 보고하였다.

주부들을 대상으로 한 선행 연구에서는 서울 지역(Yoo YS 1980), 전북 지역(Lee KJ 1991), 대전 지역(Kim MR 1984), 진주 지역(Lee JH 2001), 영동 지역(Jang & Hwang 1984), 안동 지역(Kwon & Jang 1994), 여주 지역(Oh et al 1987), 연변 지역(Park YS 2001), 그리고 미국의 뉴욕과 뉴저지주(Sim et al 1999) 등의 지역에서 40대를 대상으로 한 연구는 많았으며, 가족들의 식생활 관리, 식품 구매, 밀반찬 실태, 영양소 실태, 선호 식품 등의 다양한 연구가 진행되어 왔다. 그러나 주부에 관한 논문들 중 경기도에 거주하는 주부들을 대상으로 한 논문과 주부 자신들의 식생활 평가에 관한 논문은 부족한 편이다.

따라서 본 연구에서는 서울특별시와 경기도 일부에 거주하는 주부들을 대상으로 이들을 직업 주부와 전업 주부로 분류하여, 식생활 평가의 차이점, 식품의 구매 및 영양 지식 등을 조사하여 주부들을 위한 효과적인 영양교육의 체계를 확립하기 위한 기초 자료로 제공하고자 한다.

내용 및 방법

1. 조사 대상 및 시기

본 연구는 서울특별시와 경기도 일부에 거주하는 주부 213명(직업 주부 127명, 전업 주부 86명)을 대상으로 2009년 11월부터 2009년 12월 사이에 실시하였다. 본 조사 내용은 설문지를 통해 주부들의 일반 사항, 식생활 평가, 식품군별 선호하는 식품의 비교, 간식 섭취, 식품 구매 시 고려할 사항 및 영양 지식을 조사하였다.

2. 조사 내용 및 방법

1) 일반 사항

주부들을 대상으로 한 일반 사항으로는 주부의 직업, 주부 직업의 형태, 가계의 월 평균 수입, 한 달 사용되는 식비, 자

녀수, 가족 구조의 형태 등에 대한 사항을 설문지를 이용하여 조사하였다.

2) 식생활 평가

주부들의 식생활을 진단하기 위해서 10문항으로 구성된 식생활 평가(Kim et al 2003)를 이용하여 식생활을 간단하게 평가하였다. 이 설문지는 본인이 각 문항을 읽고 행동에 일치되는 정도에 따라 각 문항을 3점 척도(3=항상 그런 편이다 ~1=아닌 편이다)로 답하도록 하였다. 또한 식생활 평가 점수를 각각 ‘우수’ 30~26점, ‘보통’ 25~18점, 그리고 ‘나쁨’ 17점 이하로 분류하여 비교하였다.

3) 식품군별 선호하는 식품의 비교 및 간식 섭취 조사

식품군별 선호하는 식품을 각각 탄수화물(잡곡과 현미 섭취), 단백질(우유 섭취, 콩류 섭취, 그리고 육류, 생선 및 달걀 섭취), 비타민과 무기질(과일과 채소류 섭취) 및 가공식품(튀김 음식과 패스트푸드 섭취)으로 분류하여 설문지를 이용하여 조사하였다. 간식의 섭취 조사는 간식의 섭취 횟수를 조사하였으며, 간식으로 섭취하는 식품의 종류로는 우유 및 유제품, 과일류, 빵과 감자류, 음료수와 빙과류 및 패스트푸드와 튀김류로 구분하여 중복 표시를 가능하게 하여 설문을 통하여 조사하였다.

4) 식품 구매 및 영양 지식에 관한 사항

주부들의 식품 구매 시 고려할 사항 및 영양적 지식에 관한 내용을 설문지를 이용하여 조사하였다.

3. 통계처리

수집된 모든 자료는 SPSS package(version 13.0) 프로그램을 이용하여 조사 항목에 따라 빈도와 백분율을 구하였고, 각 변인간의 통계의 유의성 검증은 $p<0.05$ 수준에서 χ^2 -test로 검증하였다. 또한 식생활 평가 점수는 평균과 표준편차를 이용하여 구하였다.

결과 및 고찰

1. 일반 사항

직업 주부와 전업 주부의 일반 사항은 Table 1에 제시하였다. 직업을 갖는 주부의 직업 종류로는 영업(도소매, 운전, 농수산업, 부동산, 음식점 등)과 전문직(의사, 약사, 변호사, 교수, 종교인, 예술가, 교육공무원 등)이 20.7%로 가장 많은 비율을 차지하였으며, 단순 근로(청소부, 노동, 수워 등)와 사무직(회사원, 은행원, 일반공무원 등)이 8.9%, 관리직(고급공무원, 기업체 간부 및 경영진 등)이 0.5%를 차지하였다. 또

Table 1. Demographic characteristics of subjects

Variables	Working housewives (n=127)	Housewives (n=86)	P-value
Occupation	Labor 19(8.9) ¹⁾	-	
	Sales or service 44(20.7)	-	
	Official 19(8.9)	-	
	Management 1(0.5)	-	
	Specialized 44(20.7)	-	
	Jobless -	86(40.4)	
Occupation form	Full-time work 94(74.0)		
	Part time work 33(26.0)		
Monthly income (unit: won×10 ⁴)	< 100 6(4.7)	7(8.1)	
	100~200 20(15.7)	11(12.8)	
	200~300 25(19.7)	19(22.1)	NS ²⁾
	300~500 47(37.0)	27(31.4)	
	≥ 500 29(22.8)	22(25.6)	
Food expenses (unit: won×10 ⁴)	< 20 5(3.9)	5(5.8)	
	20~50 61(48.0)	40(46.5)	
	50~100 46(36.2)	27(31.4)	NS
	≥ 100 15(11.8)	14(16.3)	
Number of children	1 26(20.5)	17(19.8)	
	2~3 97(76.4)	68(79.1)	NS
	4~5 4(3.1)	1(1.2)	
Type of family	Nuclear family 114(89.8)	78(90.7)	
	Extended family 13(10.2)	8(9.3)	NS

¹⁾ N(%) : Number of adults, the relative % of adults.²⁾ NS : Statistically no significant difference at $p<0.05$ by χ^2 -test.

한 74.0%의 직업 주부가 전일제 근무를 하였으며, 26.0%는 시간제 근무를 하는 것으로 조사되었다. 직업 주부와 전업 주부의 가계 월평균 수입은 300~500만원(직업 주부 가정 37.0%, 전업 주부 가정 31.4%)이 가장 많은 비율을 차지하였으며, 직업 주부 가정이라도 가계의 월평균 수입이 더 높지는 않았다. 선행 연구(Choi & Chung 2006)에서는 가정의 월 평균 소득이 전업 주부는 200~300만원이 40.0%, 취업 주부는 400만원 이상이 49.0%로 가장 많은 비율을 차지하였으며, Lyu *et al*(2007)의 연구에서는 월수입 현황이 151~250만원이 35.4%로 가장 높게 나타났다. 한 달 가정에서 사용되는 식비는 20~50만원(직업 주부 가정 48.0%, 전업 주부 가정 46.5%)이 가장 많은 비율을 차지하였으며, 전업 주부가 있는

가정에서는 100만원 이상 식비로 지출한다고 응답한 비율이 16.3%로 조사되었다. 선행 연구(Kim WK 1992)에서는 생활비 중 식비가 차지하는 비율이 20~40%인 경우가 81.7%로 가장 많은 비율을 차지하였다. 본 연구에 응한 주부들의 자녀의 수는 2~3명(직업 주부 가정 76.4%, 전업 주부 가정 79.1%)이 가장 많은 비율을 차지하였으며, 가족 구조의 형태는 90% 이상이 핵가족이었다. Jung & Ahn의 연구(2002)에서도 부부와 자녀로 구성된 핵가족이 75.6%로 가장 많은 비율을 차지하였다고 보고하였으며, Lyu *et al*의 연구(2007)에서도 부산 지역의 일부 주부들의 핵가족의 비율이 87.8%, 대가족의 비율은 12.2%라고 보고하였다.

2. 식생활 평가

전체 주부들의 식생활 평가는 Table 2와 Table 3에 제시하였다. 우유나 유제품(요구르트, 요플레 등)을 매일 1병 이상 마시는 비율은 직업 주부가 28.3%, 전업 주부가 19.8%로 조사되었으며, 전업 주부의 경우 39.5%는 우유나 유제품을 전혀 마시지 않는 것으로 나타났다. 육류, 생선, 달걀, 콩, 두부 등으로 된 음식을 끼니마다 먹는 비율은 직업 주부가 37.0%, 전업 주부가 41.9%로 나타나 전업 주부가 더 높은 비율이 차지하였다($p<0.05$). ‘김치 이외의 채소를 식사 때마다 먹는 비율’이 전업 주부(50.0%)가 직업 주부(44.1%)에 비해 유의하게 높았으며($p<0.05$), ‘매일 세끼를 규칙적으로 하는 비율’은 전업 주부가 45.3%로 직업 주부(41.7%)에 비해 높았다($p<0.05$). 또한 ‘식품을 골고루 다양하게 섭취하는 비율’도 전업 주부(60.5%)가 직업 주부(47.2%)에 비해 매우 높았다($p<0.05$). 직업 주부들의 경우 ‘튀김이나 기름에 볶는 요리를 주 2회 이상 먹는 비율’과 ‘삼겹살·갈비 등 지방이 많은 육류를 주 2회 이상 먹는 비율’이 각각 22.0%와 10.2%로 전업 주부에 비해 높은 경향을 보였다.

전체 주부들의 식생활 평가 점수는 21.53±2.90점이었으며, 식생활 평가가 우수한 비율은 9.4%, 보통은 82.2%, 식생활 평가가 좋지 않은 비율은 8.5%였다. 주부들이 자신의 식생활 평가가 우수하다고 생각하는 비율은 오히려 직업 주부(10.2%)가 전업 주부(8.1%)보다 높았다.

3. 식품군별 선호하는 식품의 비교

실질적으로 주부들이 선호하는 식품을 식품군별로 정리하여 조사한 사항은 Table 4에 제시하였다. 탄수화물에는 잡곡과 현미를 제시하였으며, 직업 주부의 59.1%와 전업 주부의 69.8%는 잡곡을 자주 섭취하고 있었고, 직업 주부의 36.2%와 전업 주부의 55.8%는 현미를 자주 섭취하는 것으로 조사되었다. 단백질에는 우유, 콩류 및 육류·생선·달걀을 선택하여 제시하였으며, 우유는 직업 주부의 23.6%가 자주 마시

Table 2. Mini dietary assessment by healthy eating index in working housewives and housewives

		Working housewives	House wives	p- value
Milk & its products, daily	Very often	36(28.3) ¹⁾	17(19.8)	NS ²⁾
	Sometimes	60(47.2)	35(40.7)	
	Seldom	31(24.4)	34(39.5)	
Meat, fish, egg, soybean etc, every meal	Very often	47(37.0)	36(41.9)	0.05 ³⁾
	Sometimes	64(50.4)	41(47.7)	
	Seldom	16(12.6)	9(10.5)	
Kimchi, vegetables, every meal	Very often	56(44.1)	43(50.0)	0.05
	Sometimes	61(48.0)	35(40.7)	
	Seldom	10(7.9)	8(9.3)	
Fruits & other juices, daily	Very often	53(41.7)	44(51.2)	NS
	Sometimes	53(41.7)	28(32.6)	
	Seldom	21(16.5)	14(16.3)	
Fried foods, more than 2 times per week	Very often	28(22.0)	16(18.6)	NS
	Sometimes	59(46.5)	34(39.5)	
	Seldom	40(31.5)	36(41.9)	
High fat meat, more than 2 times per week	Very often	13(10.2)	6(7.0)	NS
	Sometimes	56(44.1)	26(30.2)	
	Seldom	58(45.7)	54(62.8)	
Add more salt or soy source at meals	Very often	11(8.7)	6(7.0)	NS
	Sometimes	45(35.4)	33(38.4)	
	Seldom	71(55.9)	47(54.7)	
3 meals a day, regularly	Very often	53(41.7)	39(45.3)	0.05
	Sometimes	44(34.6)	32(37.2)	
	Seldom	30(23.6)	15(17.4)	
Ice cream, cake, cookies, carbo- nated drinks as snack, more than 2 times per week	Very often	16(12.6)	8(9.3)	NS
	Sometimes	41(32.3)	13(15.1)	
	Seldom	70(55.1)	65(75.6)	
Variety of food (balanced diet)	Very often	60(47.2)	52(60.5)	0.05
	Sometimes	57(44.9)	25(29.1)	
	Seldom	10(7.9)	9(10.5)	

Number of adults=213.

¹⁾ N(%) : Number of adults, the relative % of adults.

²⁾ NS : Statistically no significant difference at $p<0.05$ by χ^2 -test.

³⁾ Significant at $p<0.05$ by χ^2 -test.

고 있었고, 콩류는 38.4%의 전업 주부가 자주 섭취하고 있었다. 육류 · 생선 · 달걀의 섭취는 직업 주부의 20.5%, 전업 주부의 26.7%가 자주 섭취하고 있었으며, 전업 주부가 더 많이 섭취하였다($p<0.05$). 비타민과 무기질에는 과일과 채소를 선택하였으며, 과일과 채소 종류는 직업 주부(42.4%)에 비해 전업 주부(51.2%)가 더 많이 섭취하고 있었다. 인스턴트 식품에는 튀김식품과 패스트푸드를 제외하였으며, 튀김식품은 직업 주부가 35.4%, 전업 주부가 30.2%로 조사되었으며, 패스트푸드는 직업 주부가 26.8%, 전업 주부가 23.3%로 조사되었다. 직업 주부의 인스턴트 식품 섭취는 전업 주부에 비해 높은 경향을 보였다.

4. 간식 섭취 조사

전업 주부와 직업 주부의 간식의 섭취 실태는 Fig. 1에 제시하였다. 간식의 횟수를 보면, 직업 주부와 전업 주부의 각각 55.9%와 52.3%는 하루에 한번 정도는 간식을 섭취하였다. 간식으로 패스트푸드와 튀김류의 섭취는 직업 주부가 8.7%, 전업 주부가 4.7%로 조사되었으며, 음료수나 빙과류의 섭취는 전업 주부(4.7%)에 비해 직업 주부(12.6%)가 더 많이 섭취하고 있었다($p<0.05$). 빵류 및 고구마나 감자는 전업 주부가 58.1%로 직업 주부 48.8%에 비해 더 많이 섭취하고 있었다($p<0.05$). 과일을 간식으로 섭취하는 비율은 직업 주부가 59.8%, 전업 주부가 70.9%로 전업 주부가 과일을 많이 섭취하고 있었으며($p<0.05$), 우유 및 유제품은 직업 주부가 22.0%로 전업 주부(19.8%)에 비해 간식으로 더 많이 섭취하고 있었다($p<0.05$).

5. 식품 구매

식품 구매 시 고려하는 사항에 대한 조사는 Table 5에 제시하였다. 음식을 선택할 때는 가장 중요시 생각하는 것으로 직업 주부의 67.7%와 전업 주부의 64.0%는 음식의 맛이라고 답한 비율이 가장 높았다. 또한 직업 주부의 경우 21.3%가 영양소를 고려하였고, 6.3%는 가격을 고려하여 식품을 구매하였다. 전업 주부의 경우, 영양소는 27.9%, 식품의 양과 소화를 고려한다는 주부가 3.5%로 조사되었으며, 식품의 가격을 고려한다는 주부는 단지 1.2%에 불과하였다. 선행 연구(Jung & Ahn 2002)에서는 주부들이 식품을 구매 시 가장 고려하는 요인으로는 재료의 신선도가 68%, 가격이 12%, 영양이 11% 그리고 맛이 8%로 보고하였으며, 전업 주부의 경우 가격과 영양을 더 고려하는 것으로 보고하였다. Park의 연구(1996)에서는 식품 구입 시 주부들이 고려하는 사항으로는 기호성과 안전성이라고 보고하였다.

식품 구매 시 중점을 두어 확인하는 항목으로는 직업 주부와 전업 주부 모두 식품의 제조연월일을 중요시한다고 답

Table 3. Distribution of housewives for their dietary quality graded by mini dietary assessment score

Mini dietary assessment	Grade [§]	Score	Mean±S.D.	Frequency (%)		
				Total	Working housewives	Housewives
Good	Good	30~26	21.53±2.90	20(9.4)	13(10.2)	7(8.1)
	Fair	25~18		175(82.2)	108(85.0)	67(77.9)
	Poor	≤ 17		18(8.5)	6(4.7)	12(14.0)

[§] Good=Answered 1~2 items as sometimes or seldom.

Fair=Answered 3~6 items as sometimes or seldom.

Poor=Answered more than 7 items as sometimes or seldom.

※ 각 문항의 평균값을 구할 때는 <very often>은 3점, <sometimes>은 2점, <seldom>은 1점으로 배점하였으나, 전체 식생활을 평가 하여 3점 만점으로 계산할 때는 조사 문항 중 ‘식사할 때 음식에 소금이나 간장을 더 넣을 때가 많다’와 ‘아이스크림, 케익, 과자류, 탄산음료(콜라, 사이다 등)를 간식으로 주 2회 이상 먹는다’의 문항은 <very often>이 1점, <sometimes>은 2점, <seldom>은 3점으로 배점하였다.

Table 4. Consumption of carbohydrate, protein, vitamin, mineral, and instant food by working housewives and housewives

			Working housewives	Housewives	p-value
Carbohydrate	Cereals	Very often	75(59.1) ¹⁾	60(69.8)	NS ²⁾
		Sometimes	43(33.9)	23(26.7)	
		Almost never	9(7.1)	3(3.5)	
	Brown rice	Very often	46(36.2)	48(55.8)	NS
		Sometimes	52(40.9)	22(25.6)	
		Almost never	29(22.8)	16(18.6)	
Protein	Milk intake	Very often	30(23.6)	14(16.3)	NS
		Sometimes	47(37.0)	29(33.7)	
		Almost never	50(39.4)	43(50.0)	
	Soybean intake	Very often	32(25.2)	33(38.4)	NS
		Sometimes	86(67.7)	46(53.5)	
		Almost never	9(7.1)	7(8.1)	
	Meat, fish and egg intake	Very often	26(20.5)	23(26.7)	0.05 ³⁾
		Sometimes	84(66.1)	52(60.5)	
		Almost never	17(13.4)	11(12.8)	
Vitamin and mineral	Fruits	Very often	54(42.4)	44(51.2)	NS
		Sometimes	55(43.2)	27(31.4)	
		Almost never	18(14.2)	15(17.4)	
	Vegetables intake	Very often	49(38.6)	40(46.5)	NS
		Sometimes	71(55.9)	42(48.8)	
		Almost never	7(5.5)	4(4.7)	
Instant food	Fried food	Yes	45(35.4)	26(30.2)	NS
		No	82(64.6)	60(69.8)	
	Fast food	Very often	34(26.8)	20(23.3)	NS
		Sometimes	14(11.0)	4(4.7)	
		Almost never	79(62.2)	62(72.1)	

¹⁾ N(%) : Number of adults, the relative % of adults.

²⁾ NS : Statistically no significant difference at $p<0.05$ by χ^2 -test.

³⁾ Significant at $p<0.05$ by χ^2 -test.

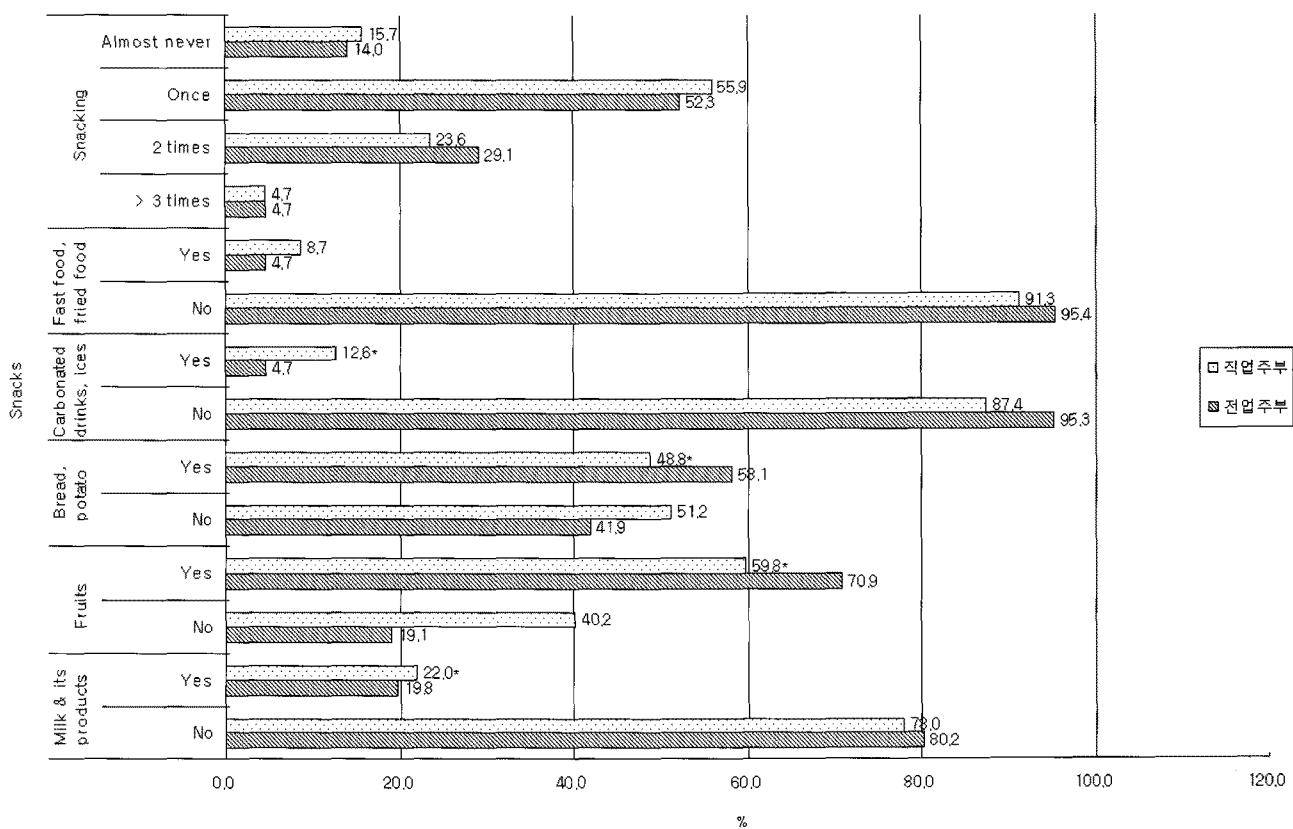


Fig. 1. Snack preferred by working housewives and housewives.

*Significant at $p<0.05$ by χ^2 -test.

하였으며, 그 다음으로 식품의 가격($p<0.05$) 식품의 영양소(칼로리 등) 함량도 고려하여 선택하는 것으로 조사되었다. 전라남도 여수시에 거주하는 주부들을 대상으로 한 연구(Jung & Ahn 2002)에서 식품 및 제품 구매 시 유효기간 및 성분의 확인하는 주부는 82%였으며, 연령이 낮을수록, 학력이 높을수록 식품 구매 시 상표를 확인하는 경향이 높다고 보고하였다. Park YS(1996)의 연구에서도 식품 구입 시 식품 표시사항을 확인하는 주부들이 95.5%라고 보고하였다.

‘자녀들이 좋아하는 소시지, 햄 등의 가공식품을 따로 준비하느냐’는 질문에 가끔씩 준비한다고 답한 비율이 직업 주부는 58.3%, 전업 주부는 64.0%로 조사되었다. 구비하는 가공식품의 종류로는 두 군 모두 통조림류(참치 캔, 꽁치 캔, 장조림 캔 등)를 선호하였다. Jung & Ahn(2002)의 연구에서는 통조림이나 병조림 등의 가공된 인스턴트 식품의 구매 비율은 2.2%에 불과하며, 채소, 과일 등의 신선한 식품을 더 많이 구매한다고 보고하였다. Park YS(1994)의 연구에서는 주부들이 구입하는 가공식품으로는 소세지와 햄, 인스턴트식품(라면류, 차류) 그리고 조미료 순으로 조사되었으며, 가공식품의 구입정도는 가계수입이 높고, 주부의 교육수준이 높고, 주부의 연령이 낮을수록 구입 정도가 높았다고 보고하였

다. 미국 뉴욕과 뉴저지주에 거주하는 재미 교포의 가공식품 이용 횟수는 한 달에 2~3회 정도로 라면류(40.6%), 햄, 소세지, 어묵(39.1%), 만두류(54.6%)로 조사되었으며, 매일 1회 이상 라면류를 이용하는 주부는 2.2% 정도였고, 햄, 소세지, 어묵 등은 1.5% 정도가 매일 1회 이상 이용한다고 보고하였다(Sim et al 1999).

6. 영양적 지식 조사

주부들의 영양적 지식에 관한 사항은 Table 6와 같다. 음식을 만들 때 내가 알고 있는 식생활 지식을 사용하는 경우는 직업 주부의 69.3%와 전업 주부의 84.9%로 조사되었으며, 두 군(직업 주부 59.8%, 전업 주부 59.3%) 모두 새로운 식생활 지식을 얻기 위해 노력하고 있었다. 직업주부의 63.8%와 전업주부의 64.0%는 가족에게 식생활의 중요성을 알리기 위해 노력하고 있었으며, 매끼 식사에서 균형이 잡힌 영양 식단을 제공하는 경우는 전업주부가 46.5%로 직업주부(40.2%)에 비해 더 높았다. 전업 주부는 음식을 만들 때 되도록 영양소 파괴가 적은 조리 방법을 이용한다든지(59.3%), 사고 싶은 식품이 비쌀 경우 저렴한 다른 식품을 산다든지(59.3%), 만들어진 음식을 사기보다는 직접 집에서 음식을

Table 5. Priority order in food selection and confirming items in purchase of processed foods

		Working housewives	Housewives	p-value
Priority order in food selection	Quantity	1(0.8) ¹⁾	3(3.5)	
	Taste	86(67.7)	55(64.0)	
	Nutrient	27(21.3)	24(27.9)	NS ²⁾
	Digestion	5(3.9)	3(3.5)	
	Price	8(6.3)	1(1.2)	
Item to confirm in food purchase	Trans fat	Yes	23(18.1)	
		No	104(81.9)	NS
	Nutrients(calorie)	Yes	52(40.9)	
		No	75(59.1)	NS
	Genetically modified foods	Yes	23(18.1)	
		No	104(81.9)	NS
How often do you prepare your favorite processed foods?	Check the expiration date	Yes	96(75.6)	
		No	31(24.4)	NS
	Price of food	Yes	62(48.8)	
		No	65(51.2)	0.05 ³⁾
	Seldom	43(33.9)	29(33.7)	
Kinds of processed foods you prepared	Sometimes	74(58.3)	55(64.0)	NS
	Very often	10(7.9)	2(2.3)	
	Sausages	Yes	42(33.1)	
		No	85(66.9)	NS
	Ham	Yes	75(59.1)	
		No	52(40.9)	NS
	Cans(a can of tuna fish et al)	Yes	81(63.8)	
		No	46(36.2)	NS
	Instant food(spaghetti et al)	Yes	25(19.7)	
		No	102(80.3)	NS
			73(84.9)	

¹⁾ N(%) : Number of adults, the relative % of adults.²⁾ NS : Statistically no significant difference at $p<0.05$ by χ^2 -test.³⁾ Significant at $p<0.05$ by χ^2 -test.

만든다든지(82.6%) 하는 경우가 직업 주부에 비해 높은 경향을 보였다. 직업 주부의 41.8%는 식품을 보다 저렴하게 구입하기 위해 여러 곳을 돌아다닌 후 구매한다고 답하였으며, 전업 주부의 39.5%는 음식물 쓰레기를 줄이기 위해 되도록 쓰레기가 적은 식품을 구입한다고 답하였다. 또한 본 연구에서는 주부들이 시장보다는 대형 마트를 이용한다고 답하였다(자료는 제시하지 않음). 직업 주부(70.1%)에 비해 전업 주부

의 73.3%는 조리하고 남은 음식을 버리지 않고 다음 식사때 다시 먹는다고 답하였다($p<0.05$).

선행 연구(Jang & Hwang 1984)에서는 학력이 낮을수록 시장에 가서 즉석 구매한다는 비율이 높았으며, 학력이 높을수록 식단을 계획하여 식품을 구매한다고 보고하였다. Jung & Ahn의 연구(2002)에서는 주부들의 46%가 재래시장에서 식품을 구매하였으며, 연령이 많고 학력이 낮을수록 재래시장

Table 6. Assessment of knowledge in diet

		Working housewives	Housewives	p-value
How often do you consider your knowledge in preparation of foods?	Seldom	12(9.4) ¹⁾	6(7.0)	NS ²⁾
	Sometimes	27(21.3)	7(8.1)	
	Very often	88(69.3)	73(84.9)	
Do you effort to get knowledge in dietary habit?	Seldom	18(14.2)	13(15.1)	NS
	Sometimes	33(26.0)	22(25.6)	
	Very often	76(59.8)	51(59.3)	
Do you let your family know the importance of dietary habit?	Seldom	17(13.3)	8(9.3)	NS
	Sometimes	29(22.8)	23(26.7)	
	Very often	81(63.8)	55(64.0)	
How often do you prepare the balanced food every meal?	Seldom	29(22.8)	13(15.2)	NS
	Sometimes	47(37.0)	33(38.4)	
	Very often	51(40.2)	40(46.5)	
How often do you follow the best way to lessen the loss of nutrient during cooking?	Seldom	27(21.2)	6(7.0)	NS
	Sometimes	29(22.8)	29(33.7)	
	Very often	71(55.9)	51(59.3)	
How often do you consider the price of foods in purchase?	Seldom	31(24.4)	24(27.9)	NS
	Sometimes	24(18.9)	11(12.8)	
	Very often	72(56.7)	51(59.3)	
How often do you select the market place for the low price?	Seldom	20(37.0)	34(39.6)	NS
	Sometimes	27(21.3)	19(22.1)	
	Very often	62(41.8)	33(38.4)	
How often do you cook yourself rather than buying the processed food?	Seldom	8(6.2)	5(5.8)	NS
	Sometimes	18(14.2)	10(11.6)	
	Very often	101(79.6)	71(82.6)	
Do you use again the leftover after cooking?	Seldom	15(11.8)	7(8.1)	0.05 ³⁾
	Sometimes	23(18.1)	16(18.6)	
	Very often	89(70.1)	63(73.3)	
Do you purchase the food that produce small amount of waste?	Seldom	43(33.9)	26(30.3)	NS
	Sometimes	37(29.1)	26(30.3)	
	Very often	47(37.0)	34(39.5)	

¹⁾ N(%) : Number of adults, the relative % of adults.²⁾ NS : Statistically no significant difference at $p<0.05$ by χ^2 -test.³⁾ Significant at $p<0.05$ by χ^2 -test.

에서 식품을 구매하는 경향이 높았고, 주부 연령이 낮고 학력이 높을수록 마트, 아파트 상가 및 슈퍼마켓 이용이 높다고 보고하였다. 전북 지역 주부들을 대상으로 한 연구(Lee KJ

1991)에서는 시장에서 식품을 구입하는 비율이 높았으며, 대전 지역과 전주 지역을 대상으로 한 연구(Hyun & Kim 1997, Lee JH 2001)에서는 주부들이 슈퍼마켓을 가장 많이 이용하

는 것으로 보고하였다. 따라서 주부들의 식품의 구매 장소가 재래 시장에서 편리한 대형 마트로 옮겨지고 있으며, 시장보다는 대도시에서 마트를 이용하는 비율이 높아지고 있는 것으로 사료된다.

요약 및 결론

본 연구는 서울특별시와 경기도 일부에 거주하는 주부(직업 주부 127명, 전업 주부 86명)를 대상으로 설문지를 통해 주부들의 일반 사항, 식생활 평가, 식품군별 선호하는 식품의 비교, 간식 섭취, 식품 구매 시 고려할 사항 및 영양적 지식을 비교·분석하였다.

1. 직업 주부의 직업의 종류로는 영업과 전문직이 20.7%로 가장 많은 비율을 차지하였으며, 전업 주부와 직업 주부의 가계의 월평균 수입은 300~500만원이 가장 많은 비율을 차지하였다.

2. 전업 주부는 직업 주부에 비해 육류, 생선, 달걀, 콩, 두부 등으로 된 음식을 끼니마다 먹는 비율(41.9%), 김치 이외의 채소를 식사 때마다 먹는 비율(50.0%), 과일(1개)이나 과일 주스(1잔)를 매일 먹는 비율(51.2%), 매일 세끼를 규칙적으로 하는 비율(45.3%) 및 식품을 골고루 다양하게 섭취하는 비율(60.5%)이 유의하게 높았다($p<0.05$).

3. 직업 주부는 간식으로 음료수나 빙과류, 우유 및 유제품을 즐겨 섭취하였으며, 전업 주부는 빵류 및 고구마나 감자, 과일을 많이 섭취하는 것으로 조사되었다($p<0.05$).

4. 음식을 선택할 때는 가장 중요시 생각하는 것으로 직업 주부의 67.7%와 전업 주부의 64.0%는 음식의 맛이라고 답하였으며, 식품 구매 시 중점을 두어 확인하는 항목으로는 직업 주부와 전업 주부 모두 식품의 제조연월일을 중요시하고 있었다.

5. 전업 주부들은 직업 주부에 비해 가족들에게 식생활 지식의 제공, 영양적인 식단의 제공, 조리 시 영양소 파괴의 최소화, 음식물 쓰레기 줄이기 등을 더 잘 실천하고 있는 것으로 조사되었다.

이상의 결과에서 보면, 직업 주부나 전업 주부 가정의 월 평균 수입에는 차이가 없었으며, 대부분의 가정이 핵가족화 되어 있었다. 전업 주부는 직업 주부에 비해 식생활 평가가 양호하였으며, 식품 구매나 영양적인 지식 면에서도 가족의 식생활과 건강을 많이 고려하였다. 그러나 직업 주부는 직장과 가정일의 병행으로 인해 식생활이나 영양적인 지식면에서 소홀히 하는 경향을 보였다. 따라서 직업 주부들을 위한 직장 내에서의 영양계시물 전시 및 사내 방송 등을 통한 영양교육의 실시 또는 식품영양학 강사를 초빙하여 올바른 식생활과 식품 구매의 유도 및 영양 지식을 향상시켜 실생활에

이용하여 자신의 건강뿐만 아니라, 가족의 건강도 챙길 수 있는 기회가 마련되어야 할 것이다.

문 헌

- Ahn MS, Chang IY, Kim KH (2007) Comparisons of UCP2 polymorphism, dietary habits, and obesity index in normal and obese university students. *Korean J Food Culture* 22: 404-413.
- Bellante D, Foster AC (1984) Working wives and expenditure on services. *J Consumer Research* 11: 700-707.
- Choi JH, Chung YJ (2006) Evaluation of diet quality according to food consumption between highly educated, married, employed and unemployed women. *Korean J Nutr* 39: 274-285.
- Choi JH, Lee TY, Chung YJ (2002) Factors influencing a health-promoting lifestyle among highly educated, married, employed and unemployed women. *Korean J Nutr* 35: 1089-1103.
- Choi KS, Shin KO, Chung KH (2008) Comparison of the dietary pattern, nutrient intakes, and blood parameters according to body mass index(BMI) of college women in Seoul area. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 37: 1589-1598.
- Han YS, Joo NM (2005) An analysis on the factors of adolescence obesity. *Korean J Food Culture* 20: 172-185.
- Hyun TS, Kim WS (1997) A study on the perception and consumption of imported and organic produce of urban housewives. *Korean J Comm Nutr* 2: 74-85.
- Jang HS, Kwon CS (1995) A study on the nutritional knowledge, food habits, food preferences and nutrient intakes of rural housewives living in urban area and rural area. *J Korean Soc Food Nutr* 24: 676-683.
- Jang MS, Hwang JH (1984) Research on the status of the meal management and nutritional knowledge of the housewives living in Yong-dong area. *J Korean Soc Food Nutr* 13: 389-396.
- Jung BM, Ahn CB (2002) A study on the interest in menu and food purchase of some housemakers in Yosu, Chonnam area. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 31: 703-712.
- Kim MR (1984) A study on the status of the employed and housewives' meal management in Daejeon city. *J Korean Soc Food Nutr* 13: 107-116.
- Kim WK (1992) A study on the housemaker's interest in dietary life and the knowledge of cooking principle and method. *Korean J Dietary Culture* 7: 157-171.

- Kim WY, Cho MS, Lee HS (2003) Development and validation of mini dietary assessment index for Koreans. *Korean J Nutr* 36: 83-92.
- Kwon CS, Jang HS (1994) A study on the nutritional knowledge, food habits, food preferences and nutrient intakes of rural housewives. *J East Asian Soc Dietary Life* 4: 31-40.
- Lee JH (2001) A survey on the status of the meal management behaviors of housewives living in the apartment of Jinju. *Korean J Comm Nutr* 6: 755-764.
- Lee KJ (1991) A survey on the status of the housemakers' meal management in Jeonbuk area. *Korean J Dietary Culture* 6: 403-411.
- Lee KJ (1995) A study on recognition and consumption about instant food of homemakers in Inchon. *J East Asian Soc Dietary Life* 5: 299-307.
- Lyu ES, Lee DS, Chung SK (2007) Housewives preference and consumption of commercialized basic side dishes in the Busan area. *J East Asian Soc Dietary Life* 17: 312-321.
- Oh YZ, Hwang IJ, Woo SJ (1987) Nutrient intake of rural housewives Yeo-ju area. *Korean J Nutr* 20: 301-308.
- Park YS (1994) A study on image and consumption about instant food of homemakers in Ullungdo, Hansando, and Daegu. *J East Asian Dietary Life* 4: 37-47.
- Park YS (1996) A study on the consumer recognition on the food label of food package in Taegu area. *J East Asian Dietary Life* 6: 335-344.
- Park YS (2001) Food management pattern and preception of housewives in Yuanbean area. *J East Asian Soc Dietary Life* 11: 430-445.
- Sim YJ, Kim JS, Jeffrev R. Backstrand (1999) Food life of Korean American housewives in the New York/New Jersey area. *Korean J Nutr* 32: 101-109.
- Yoo YS (1980) A study on the survey of the meal management. *J Korean Home Economics* 18: 53-67.
- Yoon JS, Moon KD, Lee HC (1998) A study on the consumer perception of housewives living in Taegu area for farm products and processed foods. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 27: 543-552.

(2010년 2월 8일 접수, 2010년 2월 17일 채택)