

# 산란계 사육수수 조절 및 소비확대로 위기를 극복하자

- 더위를 이겨내는 완전식품! 계란 이야기 -



산란계 농가 여러분!

계란가격 회복을 위하여 산란계 마리수를 줄여야 합니다!  
당분간 계란 가격 하락이 예상됩니다.

**현재 산란계 사육마리수는 사상 최고 수준입니다.**

▶ '07) 56,093천수 → '08) 59,168 → '09) 62,967 → '10.3) 62,524

**하반기 더 많은 계란이 생산될 것으로 예측됩니다.**

▶ 올 7월부터 계란생산에 가담하는 '09년 4/4분기 실용계병아리 입식은 8,940천수로 전년 동기 7,782천수 대비 14.9% 증가

**계란소비가 감소하는 시기가 도래하고 있습니다.**

▶ 학교방학과 행락철이 다가오고 있어 계란 소비가 감소할 전망으로 계란 생산을 감축하는 것이 소득을 높이는 길입니다.

**농가 스스로 대비하는 자세가 필요합니다.**

- ① 산란노계는 적기에 도태시킵시다!
- ② 산란용 병아리 입식을 자제합시다!
- ③ 환우계군은 도태시키고 계란생산을 하지 맙시다!

계란가격 하락이 장기간 지속되어 농가에 미치는 영향이 생각보다 클 것으로 예상되어 농협중앙회(축산지원부 양계팀)에서는 이와 같은 내용의 산란계 산업 현황과 사육수수 자율감축 홍보 리후렛을 만들었다. 전국 1,181개소 지역 농축협, 양계조합 및 농협중앙회 지사무소 등에 지도 문서를 발송하였다. 양계조합원 1,500여 농가에 현재의 심각성을 전달하여 과잉 생산에 따른 농가피해를 최소화 시킬 수 있도록 조치를 하기



**김 삼 수**  
농협중앙회 축산지원부/양계팀장  
농학박사

위해서다.

최근 계란생산 과잉으로 농가에서는 생산비의 절반정도 가격을 받는다고 한다. 농민의 고통은 이만저만이 아니다. 이대로 계속 간다면 파산농가가 증가할 것이고, 수입개방으로 외국 계란이 증가하게 될 것이다. 계란은 현재 자급율이 99.6%로 가장 높아 미래가 있는 유일한 축산물이다. 이대로 우리가 계란산업을 지키고 발전시켜 나가야 할 것이다. 그래서 농협중앙회와 산란계자조금관리위원회, 양계협회 공동으로 계란소비촉진 캠페인을 전국적으로 전개하고 있다. 경제적으로 어려운 시기에는 영양이 풍부한 계란소비로 국민경제도 살리고, 더위도 이겨내고, 우리 가족의 건강도 지켰으면 한다.

선진국의 경우는 계란의 가치를 높이 평가하여 많이 먹고 있으나 우리는 홍보 부족으로 그렇지 못하여 매우 안타까운 마음이다. 1인당 연간 계란 소비량은 미국 260, EU 270, 일본 340개이며, 한국은 220개로 선진국에 비하여 현저히 낮은 편이다. 우리는 영양이 우수한 계란으로 건강유지를 위해서는 더 많이 먹어도 될 것 같다.

계란은 하나의 생명탄생에 필요한 모든 영양소를 함유하고 있어 가장 완벽한 완전식품으로 신이 내린 식품이라고도 한다. 계란흰자는 단백질함량이 높아 인체의 근육 형성과 유지에 도움이 된다. 보디빌더 및 운동선수들이 몸을 키울 때 주로 달걀을 먹는 이유가 여기에 있으며, 흰자에 들어 있는 단백질과 필수아미노산은 간 기능을 개선시키는 효과가 있다. 노른자는 지방과 단백질 함량이 높다. 노른자에 들어있는 지방은 대부분 몸에 필요한 불포화지방이다. 노른자에는 비타민A·B1·B2·D·E도 풍부하고 칼슘, 인, 철 등 함량이 높다.



특히 노른자에서 주목해야 할 성분은 바로 레시틴이다. 레시틴은 혈액순환과 두뇌 발달에 좋은 영향을 미친다는 보고가 있으며, 피부노화 방지, 잔주름제거 등에 효과가 있어 여성의 미용에도 좋다. 또한 루테인 함량이 많아서 노년기에 나타나는 실명을 예방하는 효과가 있고, 뇌세포 발달촉진으로 아이들의 두뇌발달에 도움이 되어 성장기 어린이에게 꼭 필요한 식품이기도 하다. 달걀을 섭취하면 심장병이나 동맥경화를 예방하는 효과를 기대할 수 있다고 한다.

얼마 전에 미국 건강과학센터는 25세 이상 성인들을 대상으로 “계란이 심장병에 영향을 미치지 않는다.”는 연구결과도 발표하였다. 이 연구팀은 달걀 섭취보다는 잘못된 식습관, 흡연, 비만, 혈압 등이 심장병 발병에 더 안 좋은 영향을 미친다고 밝혔다.

이와 같이 계란 1개, 55g속에는 모든 영양소가 완벽하다. 또한 소화 흡수가 잘되는 자연 그대로의 웰빙 식품으로 우리의 건강을 지킬 수 있는 식품이며, 저렴하게 구입이 가능하여 경제적으로 효율이 가장 높은 유일한 식품군이다. 요즘 직장인들이 대다수가 맞벌이를 하고 있어 아침을 굶는 경우가 많은데 완전식품인 계란 2개를 먹고 출근하면 영양학적으로도 최고의 건강을 유지할 수가 있을 것이다. **양계**

〈문의 : 김삼수, 010-2377-6205〉