

## 한국거주 동남아 노동자의 식생활 실태 비교분석

이은정<sup>1</sup> · 이경란<sup>2,\*</sup>

<sup>1</sup>신한대학교 식품조리과학부, <sup>2</sup>안산대학교 호텔조리과

### Comparative Study on Dietary Life of Southeast Asian Workers Living in South Korea

Eun Jung Lee<sup>1</sup>, Kyung-Ran Lee<sup>2,\*</sup>

<sup>1</sup>Department of Food Science, Sinhan University, Korea

<sup>2</sup>Department of Culinary Arts, Ansan University, Korea

#### Abstract

This study analyzed the dietary status of Southeast Asian workers living in South Korea in order to provide basic data to develop a program that allows workers to map desirable eating habits while living in Korea. Questionnaires were completed by 251 Southeast East Asian workers living in South Korea. From our study, we found that respondents ate three meals a day, and Vietnamese had less regular meal times than others. Thai, Cambodian, and Myanmar workers ate snacks several times a day, as they did in their own countries. For adapting Korean food, Vietnamese and Cambodian workers had difficulties due to spicy and salty flavors while Thai and Myanmar works had difficulties due to unfamiliar ingredients and cooking method. Thai workers were the fastest to adapt to Korean food, and the Thai ratio of eating homeland food daily was highest. Male respondents ate more often than women. Workers had access to cooking facilities in their house and usually ate more homeland food than workers that did not have access to cooking facilities. By providing understanding of dietary patterns of Southeast Asian workers, these results can be used as basic data to develop a program for Korean food adaptation.

Key Words: Southeast Asian workers, adapting Korean food, dietary life

#### 1. 서 론

한국은 점차 고령화 시대에 접어들면서 경제활동인구가 줄어들고 있어 성장잠재력을 계속 유지시키기 위해서는 외국인 인력유입과 같은 이민정책이 필요하다(Maeil Economics 2014). 한국 정부는 상대적으로 문화적 차이가 적은 재외동포를 국내로 유입하기 위해 2012년부터 비자 발급조건을 완화하는 한편, 고용허가제를 통해 인력송출양해각서(MOU)를 체결한 필리핀, 몽골, 스리랑카, 베트남, 태국, 우즈베키스탄, 파키스탄, 인도네시아, 캄보디아, 중국, 방글라데시, 키르기스스탄, 네팔, 미얀마, 동티모르 등 총 15개국의 외국인 노동자들이 우리나라에서 E-9 비자를 받고, 최장 4년 10개월간 취업할 수 있게 하였다(Statistics Korea 2014).

이 같은 이민정책으로 통계청에 따르면 2014년 5월 현재, 국내 상주 외국인인 전년 대비 11.5% 증가하여 125만 6천명이고 그 중 취업자는 85만 2천명에 이르렀다. 체류 자격별로 보면 고용허가제를 통한 외국인 노동자가 해당되는 비전문

취업 인구가 24만 7천명으로 가장 많았고, 재외동포 취업자가 해당되는 방문취업 인구나 재외동포 인구는 각각 21만 2천명과 14만 8천명으로 집계되었다(Statistics Korea 2014).

국적별로는 한국계 중국인이 38만 6천명으로 가장 많고, 베트남이 그 다음인 7만 2천명이다. 지역별로는 경기·인천이 35만 명으로 가장 많고 그 다음이 서울 20만 2천명이다. 연령대별로는 30~39세가 25만 7천명으로 가장 많다. 국내 상주 외국인의 증가가 계속되는 가운데 그 중 결혼이주여성인 속한 다문화가정에 대한 지원과 연구가 활발히 이루어져 왔다. 2008년 보건복지가족부에서는 ‘다문화가족지원법’을 제정하여 다양한 지원을 해 왔으며 학계의 국내거주 외국인의 식생활적응관련 연구도 다문화가정에 대한 연구가 대부분이다(Kim & Lee 2009; Lee 2012; So & Han 2012; Kang & Jeong 2013; Asano et al. 2014). 결혼이주여성들에 대한 연구에 따르면 한국사회에 적응해야 할 과제 가운데 음식문화 적응은 개인뿐만 국가의 향후 건강상태 및 질병유병율과도 관련이 있고 가정의 화목, 정신적 신체적으로

\*Corresponding author: Kyung-Ran Lee, Ansan University, 155, Ansan-Dae-hak-ro, Sangrok-gu, Ansan-si, Gyeonggi do 426-701, Korea  
Tel: 82-31-400-6992 Fax: 82-31-363-7706 E-mail: kyungran72@ansan.ac.kr

건강한 자녀양육, 바람직한 다문화사회구축 및 사회통합을 위해 중요하므로 한국음식문화의 적응을 지원하는 것이 매우 중요하다(Lee 2012).

국외에서 진행된 이민자들을 대상으로 하는 선행연구에서도 새로운 문화적응과 음식문화적응에는 밀접한 관련이 있으며 이러한 음식문화 적응과정은 식생활변화와 함께 건강에도 영향을 미친다고 했다(Wahlqvist 2002; Unger et al. 2004; Franzen & Smith 2009; So & Han 2012; Van Rompay et al. 2012; Lesser et al. 2014).

고용허가제를 통해 인력송출양해각서(MOU)를 체결한 동남아시아 국가 중 인도차이나 반도에 위치한 국가들은 베트남, 태국, 캄보디아 그리고 미얀마로 이들은 비교적 유사한 기후조건으로 식재료 등에서 유사점을 보이며 서로의 식문화에 영향을 주고받았다. 베트남은 비옥한 토지에서 자란 풍부한 식재료와 중국, 인도, 프랑스에 영향을 받아서 특유의 식문화를 가지고 있다. 태국음식보다 자극적인 향신료를 적게 사용하여 신맛, 단맛, 매운맛이 약하고, 맛이 순하고 산뜻하다. 태국은 동남아시아 국가 중에서 식민지 통치를 유일하게 겪지 않아 음식문화가 유지되고 있으나 주변 국가의 영향을 많이 받았다. 중국의 영향으로 면류와 기름진 요리가 발달했고, 인도의 영향으로 커리 음식을 많이 먹고, 포르투갈의 영향으로 고추(chili)가 들어와서 이용되었다(Gu et al. 2012). 태국은 자극적인 향신료를 많이 사용하여 신맛, 단맛, 매운맛이 강하다. 캄보디아는 베트남, 태국의 영향을 받았고, 쌀과 쌀국수가 주식이다. 캄보디아인들은 프라후이라는 생선젓을 스스로 사용한다. 미얀마는 인도, 태국, 방글라데시, 네팔의 영향을 받았는데, 쌀과 국수를 많이 먹고, 해산물 요리가 발달했다. 미얀마 음식은 기름과 향료를 넣고 조리하는 요리법이 주를 이루는 태국과 인도, 중국의 영향을 받은 퓨전 음식이라고 할 수 있다. 인도의 향신료인 카레와 중국의 간장을 이용하고, 튀기거나 찌는 조리법을 많이 사용한다. 태국과 인도에 비해 강하지 않은 향신료와 양념을 사용한다(Agricultural Development Administration & Eco Food Institute of Hoseo University 2012).

고령화 사회의 인력수급을 위해 외국인 노동자의 유입은 계속 증가할 것으로 예상된다. 이들이 한국에서 경험하게 될 식생활문화 적응이 새로운 환경에서의 적응을 높일 것으로 기대되나, 다문화가정에 대한 연구에 비해 이들에 대한 한국 거주 시 식생활실태를 조사한 연구는 전무한 실정이다. 외국인 노동자들 중에서도 한국계 중국 동포의 구성비율이 높은 방문취업 인구나 재외동포 인구보다 식문화의 차이가 비교적 더 큰 동남아 인구로 구성된 비전문취업 인구에 대한 연구가 의미가 있을 것으로 예상된다.

따라서 본 연구에서는 동남아 노동자들의 식생활실태를 조사함으로써 이들이 한국에서 근무하는 기간 동안 바람직한 식생활을 지도할 수 있는 프로그램을 개발할 수 있는 기초

자료를 제시하고자 한다. 또한 외국인 노동자들은 한국에서 근무 후 본국에 돌아가 한국음식을 알리는 전도사의 역할을 할 것으로 기대되므로, 본 연구는 한국음식과 한국식품의 동남아시아 진출 시 필요한 기초자료가 될 전망이다.

## II. 연구 내용 및 방법

### 1. 연구대상 및 기간

본 연구는 경기 북부 지역에 거주하는 외국인 노동자들 중 인도차이나 반도 국가들을 대상으로, 4개 언어(베트남어, 태국어, 캄보디아어, 미얀마어)로 작성된 설문조사를 2015년 4월 14일부터 5월 17일까지 약 한 달 동안 진행하였고, 총 255부를 회수하였으며, 이 중 부적격한 설문지를 제거한 251부(회수율 98.47%)를 분석 자료로 사용하였다. 설문에 참여한 해외 노동자들은 의정부 외국인력 지원센터를 방문하는 외국인 노동자들을 위주로 하였다.

### 2. 연구내용 및 방법

설문지는 대상자들의 일반사항, 건강 및 식생활관련 실태, 식생활관련 태도 등 크게 4개 영역으로 구성되었다. 이 중 일반사항, 건강 및 식생활관련 실태에 대한 응답 자료를 분석에 사용하였다.

일반사항에 대한 문항은 나이, 성별, 결혼상태, 교육, 경제상태, 직업유무, 취사가능여부로 구성되었다. 건강 및 식생활관련 실태 문항은 평소습관, 한국음식에 대한 인식, 한국이주 후 건강 및 식생활변화 문항으로 구성되었다. 평소습관은 선행연구(Jo & Kim 2014)에서 사용된 문항을 한국에 온 동남아 노동자의 입장에 맞게 수정하여 구성하였고 한국음식에 대한 인식은 선행연구(Lee et al. 2013)를 참조하여 구성되었다. 한국 이주 후 건강 및 식생활변화 문항은 선행연구들(Lv & Cason 2004; Kremmyda et al. 2008; Jo & Kim 2014)에서 사용된 문항들을 수정·보완하여 구성하였다.

1차 구성된 설문을 의정부외국인인력지원센터의 사무국장 및 센터에 속한 언어 통역자들에게 감수를 받아 일부 질문 사항을 수정·보완하였다. 4개 언어(베트남어, 태국어, 캄보디아어, 미얀마어)로 번역한 설문지를 해당 언어에 맞게 배포 후 설명하였고 답변은 자기기입식으로 기입되었다.

### 3. 통계분석

베트남인 101명, 태국인 71명, 캄보디아인 50명, 미얀마인 29명의 자료 총 251부가 분석에 사용하였다. 모든 통계분석은 IBM SPSS(version 11.0, Chicago, IL, USA)를 사용하여 수행하였다. 연구대상자인 동남아 노동자의 일반적 특성은 빈도분석을 실시했고, 일반적 특성에 따른 평소습관의 차이를 알아보기 위해 빈도분석과 교차분석( $\chi^2$ -test)을 실시했다.

### III. 결과 및 고찰

#### 1. 조사대상자의 일반사항

조사대상자인 동남아 노동자의 일반사항을 알아보기 위해 빈도분석을 한 결과는 <Table 1>과 같다. 연령은 25~29세가 35.1%로 가장 많았고 20~24세 32.7%, 30~34세 21.1%, 35~39세 9.6% 순으로 나타났다. 40세 이상은 1.6%였다. 성별은 남성이 76.5%로 과반이 넘었고 여성이 23.5%였다. 결혼유무는 미혼인 경우가 59.8%로 과반이 넘었다. 교육수준은 고졸이 49.8%로 가장 많았고, 다음으로 전문대졸(22.7%), 고졸 이하(17.1%), 대졸(7.2%) 순이었다. 종교는 불교가 59.0%로 과반이 넘었고, 기독교 4.0%, 무교가 35.3%였다. 가족형태는 독신이 57.8%로 과반이 넘었다. 직업은 공장근무가 90.1%였고, 농장근무는 4.8%, 회사원은 2.0%로 대부분 공장에서 근무하고 있었다. 한국 거주기간으로는 4~5년 비율이 39.4%로 가장 많았고 2~3년 31.9%, 1년 미만이 17.9% 순이었다. 5년 이상은 상대적으로 낮은 비율로 5~6년 6.4%, 7년 이상 4.8%로 나타났다. E-9비자가 4년 10개월 간 고용이 보장이 되고, 비자를 재발급 받기 위해서는 본 국에 다녀와야 한다. 평균 수입은 100~199만원이 88.0%로 가장 많았다. 취사여부는 84.1%가 취사가 가능했고, 12.7%가 취사가 가능하지 않은 곳에 살고 있었다. 거주하는 곳은 포천이 40.6%로 가장 많았고, 그 다음은 양주(26.3%), 의정부(6.8%), 파주(4.0%) 순이었다.

#### 2. 국적에 따른 식생활 관련 행태 및 식생활 적응

##### 1) 국적에 따른 식생활 관련 행태

동남아 노동자의 실생활 관련 행태에 대한 조사결과는 <Table 2>와 같다. 하루 식사 횟수는 베트남인, 태국인, 캄보디아인, 미얀마인 간에 비슷한 양상을 보였는데 하루 3회 식사가 모든 군에서 70% 이상의 응답을 보였고, 그 다음이 하루 2회이었다. 식사 시간이 규칙적인가에 대한 질문에는 국적별 유의적인 차이를 보였다( $p < 0.001$ ). 매우 규칙적인 편이라는 응답(주 6~7일 규칙적으로 먹음)이 태국인(78.6%), 캄보디아인(58%), 미얀마인(58.6%)에서는 과반을 넘었고, 그 다음이 규칙적인 편이다(주 4~5일을 규칙적으로 먹음)는 응답으로 태국인 15.7%, 캄보디아인 36%, 미얀마인 41.4%의 결과를 나타내었다. 반면 베트남인은 규칙적인 편이다(37.4%)는 응답이 가장 많았고 매우 규칙적이다(35.4%)도 비슷하게 많이 있었다. 불규칙적이다(주 2~3일을 규칙적으로 먹음)는 응답이 20.2%로 타 국적인에 비해 상당히 높은 편이었다. 한 끼 식사에 소요되는 시간에도 국적별 유의적 차이가 있었는데( $p < 0.001$ ), 10~19분이라는 응답이 모든 국적인에서 가장 많았다. 그 다음이 베트남인, 태국인, 미얀마인은 20~29분(베트남인 39.6%, 태국인 14.9%, 미얀마인 27.6%) 10분미만(베트남인 10.9%, 태국인 13.4%, 미얀마인 17.2%) 순이었다. 반면 캄보디아인은 10분미만이 26.0%로 두 번째로 많은 응

<Table 1> Demographic characteristics of the subjects

Characteristics	N (%)	
Age (year)	20-24	82(32.7)
	25-29	88(35.1)
	30-34	53(21.1)
	35-39	24(9.6)
	Above 40	4(1.6)
Sex	Male	192(76.5)
	Female	59(23.5)
Marital Status	Never married	150(59.8)
	Married	95(37.8)
	Others	6(2.4)
Education	Less than high school	43(17.1)
	High school	125(49.8)
	College	57(22.7)
	University	18(7.2)
	N/A <sup>1)</sup>	8(3.2)
Place of origin	Vietnam	101(40.2)
	Thailand	71(28.6)
	Cambodia	50(19.9)
	Myanmar	29(11.6)
Religion	Buddhism	148(59.0)
	Christianity	10(4.0)
	No religion	89(35.5)
	N/A	4(1.6)
Family type	Single	145(57.8)
	Couple	35(13.9)
	Others	71(28.3)
Job	Factory work	227(90.1)
	Farm work	12(4.8)
	Office	5(2.0)
	Others	8(3.2)
Length of residence (year)	Less than 1	44(17.9)
	2~3	80(31.9)
	4~5	99(39.4)
	5~6	16(6.4)
	7 years and longer	12(4.8)
Monthly income (10,000 won)	Under 100	16(6.4)
	100~199	221(88.0)
	200~299	9(3.6)
	300 and over	1(0.4)
	N/A	4(1.6)
Cooking place	Yes	211(84.1)
	No	32(12.7)
	N/A	8(3.2)
Place of residence	Ei-jungbu	17(6.8)
	Yangju	66(26.3)
	Pocheon	102(40.6)
	Paju	10(4.0)
	Others	56(22.3)

<sup>1)</sup>N/A: No Answer

답을 하였고 20~29분 사이는 10%가 응답하여 타 국적인에 비해 식사시간이 짧게 나타났다. 조사 대상자가 대부분이 남자이고 대다수가 공장에서 근무하여 식사를 상당히 빨리 하는 경향을 보이고 있었다.

평소 아침을 먹는다는 응답은 베트남 81.2%, 캄보디아 85.7%, 미얀마 79.3%로 나타난 반면, 태국인은 62.9%로 응답하여 아침을 거르는 인구가 상대적으로 많았으나 유의적인 차이는 없었다. 4개국의 전체평균을 보면 아침을 거르는 이유는 ‘늦잠을 자서(25.9%)’가 가장 많았고 그 다음은 ‘식욕이 없어서(17.9%)’, ‘습관적으로(16.1%)’, ‘시간이 없어서(13.4%)’의 순이었다. 이 결과는 기존의 한국 대학생의 식생활 연구 결과와 유사한데 남자대학생의 기숙사 거주와 자취

에 따른 식습관을 조사한 선행연구(Kim et al. 2013)에서 아침 식사를 하지 않는 이유가 기숙사 거주인 경우 ‘시간이 없어서’, ‘귀찮아서’, ‘식욕이 없어서’ 순으로 나타났고 자취군에서는 ‘시간이 없어서’, ‘식욕이 없어서’, ‘귀찮아서’의 순으로 나타났는데 동남아 노동자들도 늦잠을 잔 것이 시간이 없다는 것의 원인이 될 수 있으므로 비슷한 결과라 볼 수 있다. 한편 베트남 결혼이주여성에 대한 선행연구에서 베트남에는 하루에 두 끼 먹는 사람이 많고, 아침식은 11시 전후로 저녁은 7시 전후로 먹는다는 보고가 있다(Chae & Hong 2007). 한국인의 평균 아침 결식률은 20.3%인데 20대의 결식률은 37.4%로 매우 높게 보고되고 있다(Kim et al. 2013). 한국인의 경우 아침 식사는 하루 식사의 질에 중요한

<Table 2> The dietary practice of Southern East Asian workers living in South Korea

Characteristics		Vietnam (n=101)	Thailand (n=71)	Cambodia (n=50)	Myanmar (n=29)	$\chi^2$ (p)
Frequency of meal (day)	≥4	5(5.0)	3(4.3)	0(0.0)	1(3.4)	4.176 (0.899)
	3	70(70)	50(71.4)	36(72)	23(79.3)	
	2	22(22)	15(21.4)	12(24)	5(17.2)	
	1	3(3.0)	2(2.9)	2(4.0)	0(0.0)	
Regularity of meal time	Very regular	35(35.4)	55(78.6)	29(58)	17(58.6)	45.644*** (0.000)
	Relatively regular	37(37.4)	11(15.7)	18(36)	12(41.4)	
	Irregular	20(20.2)	4(5.7)	2(4.0)	0(0.0)	
	Very irregular	1(1.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	
Duration of meal time (min)	<10	11(10.9)	9(13.4)	13(26.0)	5(17.2)	27.769** (0.001)
	10-19	45(44.6)	45(67.2)	32(64.0)	15(51.7)	
	20-29	40(39.6)	10(14.9)	5(10.0)	8(27.6)	
	≥30	5(5.0)	3(4.5)	0(0.0)	1(3.4)	
Having breakfast	Yes	82(81.2)	44(62.9)	42(85.7)	23(79.3)	12.525 (0.051)
	No	19(18.8)	25(35.7)	7(14.3)	6(20.7)	
Reason of skipping breakfast	Oversleep	10(26.3)	11(28.9)	4(18.2)	4(28.6)	26.219 (0.095)
	No appetite	7(18.4)	9(23.7)	1(4.5)	3(21.4)	
	Indigestion	4(10.5)	0(0.0)	1(4.5)	0(0.0)	
	Breakfast is not prepared	5(13.2)	3(7.9)	2(9.1)	1(7.1)	
	No time	1(2.6)	4(10.4)	5(22.7)	5(35.7)	
	Habit	4(10.5)	7(18.4)	6(27.3)	1(7.1)	
	Others	7(18.4)	4(10.5)	3(13.6)	0(0.0)	
Frequency of eating out	Everyday	3(3.0)	2(2.8)	2(4.0)	3(10.3)	47.396*** (0.000)
	5~6 times/week	5(5.0)	1(1.4)	5(10.0)	0(0.0)	
	3~4 times/week	3(3.0)	3(4.2)	3(6.0)	2(6.9)	
	1~2times/week	37(36.6)	18(25.4)	32(64)	12(41.4)	
	1~3 times/month	43(41.6)	38(53.5)	4(8.0)	8(27.6)	
	No eating out	11(10.9)	7(9.9)	2(4.0)	4(13.8)	
Frequency of snacking (times)	≥3/day	2(2.0)	6(8.6)	5(10.0)	1(3.4)	42.319** (0.001)
	2/day	9(9.0)	13(18.6)	9(18.0)	1(3.4)	
	1/day	17(17)	20(28.6)	7(14.0)	11(37.9)	
	5~6/week	5(5.0)	1(1.4)	5(10.0)	1(3.4)	
	3~4/week	17(17)	7(10.0)	13(26.0)	1(3.4)	
	1~2/week	20(20.0)	12(17.1)	8(16.0)	6(20.7)	
	No snacking	30(30.0)	11(15.7)	3(6.0)	8(27.6)	

\*\*p<0.01, \*\*\*p<0.001

영향을 미치는 끼니이고 식생활을 향상시키기 위해 아침식사의 중요성과 규칙성 및 식사의 규칙적인 섭취 등에 대한 지도가 필요하다는 의견도 있지만(Kim et al. 2013) 동남아 노동자의 경우에는 식문화 자체가 세끼 식사가 아닌 경우가 있어 이 부분은 각 나라의 식문화를 면밀히 파악한 후 교육 자료를 만드는 것이 필요하다고 사료된다.

외식 횟수는 국적별 차이를 보였는데( $p < 0.001$ ), 베트남인은 월 1~3회가 41.6%로 가장 많았고, 그 다음이 주 1~2회(36.6%)였고 태국인도 비슷한 양상을 보여 월 1~3회가 53.5%로 가장 많았고 그 다음이 주 1~2회(25.4%)였다. 캄보디아인은 주 1~2회가 64%로 과반을 넘어 가장 많았고 그 다음은 주 5~6회(10%), 월 1~3회(8.0%)순이었다. 미얀마인은 주 1~2회가 41.4%로 가장 많았고, 월 1~3회가 27.6%로 그 다음이었다. 베트남인은 혼자서도 외식으로 끼니를 해결하는 식습관을 가지고 있으며(Korea Dining Out Information 2013), 태국인들은 모국에서 대부분 저가 아파트에 부엌이 없이 거의 모든 끼니를 외식으로 해결하는 것이 일반적인 식습관이다(KFF 2015). 미얀마인들도 본 국에서 외식을 자주 한다는 선행연구결과가 있다(AQUA 2009).

간식섭취에 대한 질문에 베트남인은 간식을 먹지 않는다는 응답이 30%로 가장 많았고, 그 다음이 주 1~2회가 20%로 그 다음이었다. 태국인은 하루 1번(28.6%)이 가장 많았고 그 다음이 하루 2번(18.6%)이었다. 캄보디아인은 주 3~4회가 26%로 가장 많았고 그 다음이 하루 2번(18.0%), 주 1~2회(16.0%) 순이었다. 미얀마인은 하루 1번(37.9%)이라는 응답이 가장 많았고 그 다음은 간식을 먹지 않는다(27.6%)는 응답이었다. 베트남인들은 간식 대신 식사에 충실한 반면, 태국, 캄보디아, 미얀마인들은 식사 사이에 간식을 자주 섭취하고 있었다. 이 결과는 태국인들은 주식 이외에도 간식섭취를 매우 좋아한다는 선행 연구와 일치한다(KFF 2015)

## 2) 국적에 따른 식생활 적응

동남아 노동자의 국적에 따른 식생활 적응에 대한 조사결과는 <Table 3>과 같다. 한국 거주 초기에 한국음식에 대해 어려움을 겪었는지에 대한 질문에는 베트남인(36.6%), 캄보디아인(46.9%), 미얀마인(62.1%)이 '그렇다'는 응답이 가장 많은 반면, 태국인(47.8%)은 '보통이다'는 응답이 가장 많아 국적별 차이가 있었다( $p < 0.05$ ). 어려움을 겪은 이유에 대해서 국적별 차이가 났는데( $p < 0.001$ ), 베트남인은 '너무 맵거나 짜서'라는 응답이 45.9%로 가장 많았고, 그 다음은 '냄새가 싫어서(21.6%)', '조리방법이 낯설어서(13.5%)', '재료가 낯설어서(10.8%)'의 순으로 나타났다. 태국인은 기타의견(29.4%)이외에 '재료가 낯설어서(19.6%)', '조리방법이 낯설어서(13.7%)', '냄새가 싫어서(11.8%)', '색깔이 싫어서(11.8%)' 순으로 응답이 많았다. 캄보디아인은 베트남인과 같이 '너무 맵거나 짜서'라는 응답이 32.4%로 가장 많았고, 그 다음은 '냄새가 싫어서(17.6%)', '색깔이 싫어서(14.7%)', '조

리방법이 낯설어서(11.8%)' 순으로 나타났다. 미얀마인은 과반이 '조리방법이 낯설어서(55.2%)'라고 응답했고 그 다음은 '재료가 낯설어서(24.1%)'라고 응답했다. 베트남인들과 캄보디아인들에게는 한국음식이 맵고 짠 음식이고 냄새가 싫다는 인식이 강하게 있는 반면, 태국인과 미얀마인들은 한국의 식재료와 조리방법이 낯설게 느껴진 것을 알 수 있었다. 여성결혼이민자들에 대한 선행연구(Kim et al. 2006)에서 베트남 여성이 한국에서의 일상생활 가운데 초기에 적응하기 힘든 대표적인 부분이 음식에 관한 것으로 된장찌개, 고추장찌개 등은 처음에 냄새조차 맡기 힘들다는 연구결과가 있다. 또한 주식이 쌀이라는 점은 같으나 한국은 하루 세끼 식사에 밥과 5가지 이상의 반찬을 먹지만, 베트남은 닭 국물과 돼지고기 국물을 이용한 쌀국수나 쌀밥에 1~2가지 반찬으로 하루에 두 끼를 먹는다(Chae & Hong 2007). 또한 한국 쌀과 다르게 끼니마다 닭고기, 돼지고기 등 고기를 많이 먹는 것도 다르게 여겨진다(Kim et al. 2006). 태국여성도 일상생활 음식 재료와 맛, 향 등의 차이를 어려움으로 들었는데 쌀의 종류가 달라 밥이 끈적끈적하다거나 한 끼 식사에 오르는 음식의 종류가 다양하고 양이 많아 한국 사람은 어떻게 이 모든 것을 다 먹는지 놀란다고 한다(Kim et al. 2006).

한국음식을 잘 먹을 수 있을 때까지 걸린 기간은 국적별 차이가 있었다( $p < 0.05$ ). 태국인의 49.3%가 처음부터 잘 먹었다고 응답하였고, 1~2개월 걸렸다는 응답은 26.8%로 태국인의 한국음식에 대한 적응속도가 상대적으로 빠르다는 것을 보여 주었다. 베트남인(33.7%), 캄보디아인(40.0%), 미얀마인(27.6%)은 모두 1~2개월 걸렸다는 응답이 가장 많았다. 그 다음은 베트남인(28.7%)과 캄보디아인(28.2%)은 처음부터 잘 먹었다고 응답했고, 미얀마인(24.1%)은 3~5개월 걸렸다고 응답해 상대적으로 미얀마인이 한국음식 적응에 시간이 걸렸다. 4개국의 전체평균은 처음부터 잘 먹었다는 답변(32.5%)과 1~2개월(32.1%) 걸렸다는 답변이 비슷한 수준으로 높았고, 3~5개월(17.5%), 6~11개월(8.7%) 순으로 응답했다. 태국인들은 비교국가에 비해 한국음식 적응에 어려움을 덜 겪은 것으로 나타났고 어려움을 겪은 이유도 맛의 차이가 아니라 식재료와 조리방법이 낯설었기 때문에 답변해 한국음식에 대한 적응시간이 짧았던 것으로 분석된다. 캄보디아인과 베트남인은 태국인에 비해 한국음식 적응에 어려움을 더 겪었는데 적응에 어려움을 겪은 이유가 '너무 짜거나 매워서'가 가장 큰 이유였고 그 다음이 '냄새가 싫어서'로 답변하여 그 이유가 맛에 있는 것으로 나타났다. 태국 음식은 자극적인 향신료를 많이 사용하여 신맛, 단맛, 매운맛이 강해 태국인들은 한국음식의 짜고 매운 맛에 큰 거부감 없이 적응할 수 있는 것으로 보인다. 미얀마인은 태국인과 같이 한국음식에 대한 적응이 어려운 이유는 식재료와 조리방법이 낯설어서라고 답변했지만 적응기간은 3~5개월로 네 나라 중 가장 길었고 60% 이상이 한국 입국 초기에 한국음식 적응에 어려움을 겪었다고 답변하여 한국음식에 잘 적응한 태국인과 차

이를 보였다. 미얀마 음식은 중국, 태국, 인도음식의 영향을 받았지만 태국과 인도에 비해 강하지 않은 향신료를 사용하여(Agricultural Development Administration 2012) 태국인 만큼 한국음식의 짜고 매운 맛에 익숙지 않아 적응에 어려움이 있을 것으로 예상된다. 미얀마는 1962년 쿠데타 이후 사회주의 정부가 다스렸고 1988년 이후 2011년까지 군사 정권이 통치했다. 한국과는 1975년에 수교했는데 태국, 베트남, 캄보디아에 비해 한국과의 교류가 그다지 활발하지 않다. 주요국 한국인 출국 통계를 보면 2014년 태국으로 출국한 한국인은 1,117,449명, 베트남으로 출국한 한국인은 832,969명, 캄보디아로 출국한 한국인은 424,424명인 반면 미얀마로 출국한 한국인은 58,472명에 불과하다(KTO 2015). 따라서 미얀마인은 한국문화와 식문화에 비교적 덜 노출되었을 것으로 예상된다. 또한 한국에 있는 미얀마 노동자 인구가 상대적으로 적어 미얀마인을 위한 안내책자도 부족해 한국음식에 대해 사전지식이 없어 익숙해지는데 시간이 걸렸을 것으로 보인다. 영국으로 유학 온 외국 학생들의 식습관 변화에 대한 연구(Edward et al. 2010)에서 아시아 학생들이 유럽학

생에 비해 새로운 음식을 먹으려는 의지가 낮은 것으로 나타났다. 이는 문화간격으로 인한 것으로 판단되었다. 본 연구의 비교 대상인 네 국가는 같은 인도차이나 반도 안에 있는 동남아 국가이지만 국가 간 한국문화에 노출된 정도에 따라 한국문화에 대한 거리감이 다를 것으로 예상되며, 이것이 입국 초기 한국음식 적응에 영향을 줄 것으로 판단된다. 따라서 외국인력지원센터에 미얀마어를 포함한 동남아어로 된 간단한 한국음식 요리책을 제공하거나 오리엔테이션 시 한국 식문화에 대한 소개를 한다면 입국 초기 외국 노동자들의 한국음식 적응에 큰 도움이 될 것으로 사료된다.

한국음식 섭취에도 국적별 차이가 있었는데( $p<0.001$ ), 베트남인(47.5%), 캄보디아인(40.8%), 미얀마인(44.8%)은 주 5~6일 먹는다는 답변이 가장 많았다. 그 다음은 매일(베트남인 25.7%, 캄보디아인 26.5%, 미얀마인 24.1%), 주 1~2일(베트남인 13.9%, 캄보디아인 22.4%, 미얀마인 17.2%) 순이었다. 반면 태국인은 ‘매일 먹는다’(32.4%)는 응답과 ‘주 1~2회’(32.4%)의 응답이 동일한 수준으로 나왔다. 그 다음이 주 5~6일(11.4%)이었다. 모국음식 섭취에도 유의한 차이를 보였

<Table 3> The dietary adaptation of Southern East Asian workers living in South Korea

Characteristics		Vietnam (n=101)	Thailand (n=71)	Cambodia (n=50)	Myanmar (n=29)	$\chi^2$ (p)
Having difficulties to adapt Korean food	Strongly agree	17(16.8)	13(18.8)	6(12.2)	0(0.0)	33.946** (0.001)
	Agree	37(36.6)	13(18.8)	23(46.9)	18(62.1)	
	Neutral	26(25.7)	33(47.8)	13(26.5)	9(31.0)	
	Disagree	16(15.8)	9(13.0)	7(14.3)	0(0.0)	
	Strongly disagree	5(5.0)	1(1.4)	0(0.0)	2(6.9)	
Factors making Korean food adaptation difficult	Too hot or too salty	34(45.9)	3(5.9)	11(32.4)	0(0.0)	89.889*** (0.000)
	Unpleasant smell	16(21.6)	6(11.8)	6(17.6)	2(6.9)	
	Unpleasant colour	4(5.4)	6(11.8)	5(14.7)	2(6.9)	
	Too sweet	0(0.0)	4(7.8)	1(2.9)	2(6.9)	
	Unfamiliar cooking method	10(13.5)	7(13.7)	4(11.8)	16(55.2)	
	Unfamiliar ingredients	8(10.8)	10(19.6)	2(5.9)	7(24.1)	
	Others	2(2.7)	15(29.4)	5(14.7)	0(0.0)	
Time taken for Korean food adaptation	0 month	29(28.7)	35(49.3)	14(28.0)	4(13.8)	38.024** (0.004)
	1~2 month	34(33.7)	19(26.8)	20(40.0)	8(27.6)	
	3~5 month	19(18.8)	7(9.9)	10(20.0)	7(24.1)	
	6~11 month	11(10.9)	6(8.5)	2(4.0)	3(10.3)	
	1~3 year	5(5.0)	2(2.8)	0(0.0)	1(3.4)	
	Still not having well adapted	0(0.0)	1(1.4)	2(4.0)	4(13.8)	
Frequency of eating Korean food (/week)	Everyday	26(25.7)	22(31.4)	13(26.5)	7(24.1)	45.191*** (0.000)
	5~6 days	48(47.5)	8(11.4)	20(40.8)	13(44.8)	
	3~4 days	9(8.9)	4(5.7)	4(8.2)	4(13.8)	
	1~2 days	14(13.9)	22(31.4)	11(22.4)	5(17.2)	
	Not eat	4(4)	14(20)	1(2)	0(0.0)	
Frequency of eating homeland food (/week)	Everyday	35(34.7)	50(71.4)	6(12.2)	7(25.0)	85.664*** (0.000)
	5~6 days	20(19.8)	8(11.4)	22(44.9)	1(3.6)	
	3~4 days	5(5.0)	2(2.9)	7(14.3)	6(21.4)	
	1~2 days	41(40.6)	10(14.3)	11(22.4)	12(42.9)	
	Not eat	0(0.0)	0(0.0)	3(6.1)	2(7.1)	

\*\*p<0.01, \*\*\*p<0.001

는데( $p<0.001$ ), 베트남인은 모국음식을 주 1~2회 먹는다는 답변이 40.6%로 가장 많았다. 그 다음은 매일(34.7%), 주 5~6일(19.8%) 순이었다. 태국인은 ‘매일 먹는다’는 인구가 71.4%로 압도적으로 많았고 그 다음이 주 1~2회(14.3%), 주 5~6회(11.4%) 순으로 응답했다. 캄보디아인은 주 5~6회(44.9%) 모국음식 섭취가 가장 많았고, 그 다음은 주 1~2회(22.4%), 주 3~4회(14.3%) 순이었다. 미얀마인은 주 1~2회(42.9%) 먹는다는 응답이 가장 많았고 그 다음은 매일(25%), 주 3~4회(21.4%) 섭취한다고 응답했다. 동남아 노동자들은 회사에서 제공하는 한국음식 한 끼 외에 저녁이나 주말에도 한국음식을 자주 먹고 있었고, 모국음식에 대한 섭취도 높았다. 경기북부에는 동남아시아 식재료를 파는 아시아마켓이 있어서 그곳에서 식재료를 구입한 후 주말에 모국음식을 만들어 먹을 수 있다. 이 결과는 베트남 결혼이주여성들에 대한 선행연구에서 나온, 모국음식 섭취빈도는 가정에서 주 1~2회 섭취가 가장 많았다는 결과(So & Han 2012)와 일치한다. 또한 같은 연구에서 대부분의 응답자가 모국음식의 식재료를 구입할 수 있다고 답했고, 그 구입 장소는 걷거나 차로 30분 이내로 갈 수 있는 접근성을 가지고 있다고 했는데(So & Han 2012), 동일하게 경기북부 지역 동남아 노동자들도 모국음식 식재료 구매에는 어려움이 없는 것으로 보인다.

4. 성별에 따른 식생활 관련 행태 및 식생활 적응

성별에 따른 식생활 관련 행태 및 식생활 적응에 대한 질문에 대한 응답 분석에서는 <Table 4>와 같이 한국음식에 적응된 시간과 외식횟수에서 유의적인 차이를 보였다. 외식 횟수는 남자는 주 1~2회가 41.5%로 가장 많았고, 그 다음이 월 1~3회(32.6%)인 반면, 여성은 월 1~3회가 49.2%로 가장 많았고 주 1~2회가 33.9%로 그 다음으로 나타나 유의적인 차이를 나타내었다( $p<0.05$ ). 베트남에서의 성별 외식 빈도는 남성의 외식 빈도가 여성보다 많다는 선행연구(Korea Dining Out Information 2013)와 부분적으로 일치하는 결과이다. 한

국음식을 잘 먹을 수 있을 때까지 걸린 기간에도 차이가 있었다( $p<0.05$ ). 남성(31.6%)과 여성(35.6%) 모두에서 30% 이상의 응답자가 처음부터 잘 먹었다고 응답했고, 1~2개월 걸렸다는 응답은 남성이 33.7%, 여성이 27.1%, 3~5개월은 각각 17.1, 18.6%로 비슷한 양상을 보였으나, 1~3년 정도 걸렸다는 답변에서 남성은 1.0%, 여성은 10.2%로 나타나 한국음식을 잘 먹을 수 있을 때까지 걸리는 시간에 차이를 나타냈다. 초기 적응까지 걸리는 시간은 남녀가 비슷하다고 볼 수 있으나 초기에 적응하지 못하고 1년 이상 걸리는 인구는 여성이 더 많았다. 미국 내 아시아인 이민자들의 음식문화적응에 대해 연구한 Seraffica(2014)의 논문에서 나이가 많아 이민한 경우나 도시에 살고 있어 모국음식을 접할 수 있는 가능성이 큰 경우 전통적 식습관을 유지하는 경향을 보인다고 했다. 동남아 여성들이 남성보다 조리할 수 있는 능력이 뛰어나다는 가정 하에 취사 가능하고 모국 식재료를 구할 수 있다면 외식보다는 가정에서 모국음식을 만들어 먹을 것이고 그로 인해 한국음식에 대한 적응도 다소 남성보다 늦어질 수 있을 것이라 예상된다.

5. 취사여부에 따른 식생활 관련 행태 및 식생활 적응

취사여부에 따른 식생활 관련 행태 및 식생활 적응에서의 차이점의 결과는 <Table 5>에 나타났다. 한국음식과 모국음식을 먹는 빈도에서 유의적인 차이가 나타났다. 먼저 한국음식을 먹는 빈도는 취사가 가능한 군에서는 “한국음식을 주 5~6일 먹는다”가 34.3%로 가장 많았고, 그 다음은 매일(27.6%), 하루 1~2회(22.4%)순으로 나타났다. 취사가 가능하지 않는 군에서는 “주 5~6일 먹는다”가 43.8%로 가장 많았고, 그 다음이 매일(25%), 주 3~4일(18.8%) 순으로 나타나 차이를 보였다( $p<0.05$ ). 취사가 가능하지 않는 군에서는 취사 가능한 군보다 많은 인구가 주 5~6일 먹는다고 답했는데 취사가 가능하지 않은 곳에서는 회사에서 먹는 한국음식 1끼 이외에도 기숙사에서 한국식사가 제공되거나 또는 외식

<Table 4> The dietary practice and adaptation of Southern East Asian workers living in South Korea by gender

Characteristics		Male (n=193)	Female (n=59)	$\chi^2$ (p)
Frequency of eating out	Everyday	10(5.2)	0(0.0)	14.038* (0.029)
	5~6 times/week	6(3.1)	5(8.5)	
	3~4 times/week	11(5.7)	0(0.0)	
	1~2 times/week	80(41.5)	20(33.9)	
	1~3 times/month	63(32.6)	29(49.2)	
	No eating out	20(10.4)	4(6.8)	
Time taken for Korean food adaptation	0 month	61(31.6)	21(35.6)	15.867* (0.014)
	1~2 month	65(33.7)	16(27.1)	
	3~5 month	33(17.1)	11(18.6)	
	6~11 month	18(9.3)	4(6.8)	
	1~3 year	2(1.0)	6(10.2)	
	Still not having well adapted	6(3.1)	1(1.7)	

\* $p<0.05$

의 경우에도 한국음식을 선택하는 데서 나온 결과로 보인다. 모국음식을 먹는 빈도는 취사가 가능한 군에서는 매일이 41.9%로 가장 많았고 그 다음은 주 1~2일이 26.2%, 5~6일이 23.3% 순이었다. 반면 취사가 가능하지 않은 군에서는 주 1~2일이 45.2%로 가장 많았고, 그 다음이 매일(29.0%), 주 3~4일(9.7%)과 먹지 않는다(9.7%) 순으로 취사가 가능한 군과 차이가 크게 나타났다( $p < 0.05$ ). 취사가 가능할수록 모국 음식을 먹는 빈도가 높아짐을 알 수 있었다. 취사 가능여부에 따른 남자대학생의 식습관에 대한 선행연구에서 Kim et al. (2013)은 취사 가능한 자취생들의 경우가 세끼를 다 제공하는 기숙사 거주 학생보다 결식, 외식, 다양하지 않은 식품섭취 등 식습관 문제점이 더 높은 것으로 나타났다고 했다. 자취군의 경우 영양사에 의하여 계획된 식사를 제공받는 기숙사군에 비하여 본인이 직접 식품을 구입해서 섭취해야 하는 비중이 더 크지만 올바른 식사관리 능력이나 중요성에 대한 인지가 부족하여 이들을 대상으로 한 영양교육이 필요하다 (Kim et al. 2013). 동남아 노동자의 경우는 자취가 가능한 경우가 자취가 가능하지 않은 경우와 비교해 결식 및 외식 등에 차이를 나타내지 않아 한국남자 대학생에 대한 선행연구와는 차이를 보였다. 한편 취사가 가능한 경우 모국음식 섭취 빈도가 크게 나타나 자신이 섭취하고 싶은 음식을 만들 수 있는 자율성이 주어질 때 모국음식 섭취 횟수가 많아져 모국의 식습관 유지 가능성이 커졌지만 한국음식 적응에 대한 문항에서 두 군간 유의적인 차이는 없었다.

#### IV. 요약 및 결론

본 연구는 한국에 거주하는 동남아 노동자의 식생활 실태를 분석하여, 한국에서 거주하는 동안 바람직한 식생활을 지도할 수 있는 프로그램을 개발 할 수 있는 기초자료를 제시하기 위하여 조사되었으며, 조사 결과는 다음과 같다.

1. 조사대상자의 연령은 25~29세가 35.1%로 가장 많았고 20~24세 32.7%, 30~34세 21.1%, 35~39세 9.6% 순으로 나타났다. 성별은 남성이 76.5%로 과반이 넘었고 여성이

23.5%였다. 결혼유무는 미혼인 경우가 59.8%로 과반이 넘었다. 교육수준은 고졸이 49.8%로 가장 많았고, 다음으로 전문대졸(22.7%), 고졸 이하(17.1%), 대졸(7.2%) 순이었다. 종교는 불교가 59.0%로 과반이 넘었고, 기독교 4.0%, 무교가 35.3%였다. 직업은 공장근무가 90.1%였고, 농장근무는 4.8%, 회사원은 2.0%로 대부분 공장에서 근무하고 있었다. 한국 거주기간으로는 4~5년 비율이 39.4%로 가장 많았고 2~3년 31.9%, 1년 미만이 17.9% 순이었다. 5년 이상은 상대적으로 낮은 비율로 5~6년 6.4%, 7년 이상 4.8%로 나타났다. 월평균 수입은 100~199만원이 88.0%로 가장 많았다. 취사여부는 211명(84.1%)이 취사가 가능했고, 32명(12.7%)이 취사가 가능하지 못한 곳에 살고 있었다.

2. 식사시간의 규칙성에 대한 질문에서 타 국가에 비해 베트남인들은 규칙적으로 식사를 하는 일수가 적다고 답변했는데 태국인, 캄보디아인, 미얀마인은 주 6~7일을 규칙적으로 먹는 인구가 과반을 넘었으나 베트남인은 주 4~5일 규칙적으로 먹는 인구가 37.4%로 가장 많았고 주 6~7일을 규칙적으로 먹는 인구는 35.4%에 해당하였다. 아침식사 빈도에 관한 질문에서 평소 아침을 먹는다는 응답은 베트남 81.2%, 캄보디아 85.7%, 미얀마 79.3%로 나타난 반면, 태국인은 62.9%로 응답하여 아침을 거르는 인구가 상대적으로 많았으나 유의적인 차이는 없었다. 베트남인들은 간식 대신 식사에 충실한 반면, 태국, 캄보디아, 미얀마인들은 식사 사이에 간식을 자주 섭취하고 있었다. 본 국의 식생활에서 하는 것과 비슷한 양상을 보이고 있었다.

3. 한국 거주 초기에 한국음식에 대해 어려움을 겪었는지에 대한 질문에는 베트남인(36.6%), 캄보디아인(46.9%), 미얀마인(62.1%)가 ‘그렇다’는 응답이 가장 많은 반면, 태국인(47.8%)은 ‘보통이다’는 응답이 가장 많아 국적별 차이가 있었다( $p < 0.05$ ). 한국음식을 잘 먹을 수 있을 때까지 걸린 기간에도 국적별 차이가 있었는데 태국인의 49.3%가 처음부터 잘 먹었다고 답변했고, 1~2개월 걸렸다는 응답도 26.8%로 2개월 이내에 한식에 적응한 비율이 76.1%였다. 반면 베트남인(33.7%), 캄보디아인(40.0%), 미얀마인(27.6%)은 모두 1~2

<Table 5> The dietary practice and adaptation of Southern East Asian workers living in South Korea by cooking possibility

Characteristics		Yes (n=212)	No (n=32)	$\chi^2$ (p)
Frequency of eating Korean food (/week)	Everyday	58(27.6)	8(25.0)	10.683* (0.030)
	5~6 days	72(34.3)	14(43.8)	
	3~4 days	13(6.2)	6(18.8)	
	1~2 days	47(22.4)	4(12.5)	
	Not eat	20(9.5)	0(0.0)	
Frequency of eating homeland food (/week)	Everyday	88(41.9)	9(29.0)	18.202** (0.001)
	5~6 days	49(23.3)	2(6.5)	
	3~4 days	16(7.6)	3(9.7)	
	1~2 days	55(26.2)	14(45.2)	
	Not eat	2(1.0)	3(9.7)	

\* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$



개월 걸렸다는 응답이 가장 많았다. 그 다음은 베트남인(28.7%)과 캄보디아인(28.2%)은 처음부터 잘 먹었다고 응답했고, 미얀마인(24.1%)은 3~5개월 걸렸다고 응답해 상대적으로 미얀마인이 한국음식 적응에 시간이 걸렸다. 베트남인들과 캄보디아인들에게는 한국음식이 맵고 짠 음식이라는 인식이 강하게 있었고, 태국인과 미얀마인들에게는 한국의 식재료와 조리방법이 낯설게 느껴진 것을 알 수 있었다. 태국음식이 짜고, 맵고, 시고, 단 맛을 내는데 비해 한국음식은 단맛이 약하다고 답한 응답자도 있었다. 같은 쌀 문화권이지만 동남아시아에서는 안남미를 사용하고 한국 쌀은 찰기가 많은 등 다른 식재료와 음식 맛으로 인해 초기에는 약간의 어려움을 겪었고 적응시간별 차이는 있었다.

4. 한국음식 섭취에도 국적별 차이가 있었는데( $p<0.001$ ), 베트남인(47.5%), 캄보디아인(40.8%), 미얀마인(44.8%)은 주 5~6일 먹는다는 답변이 가장 많았다. 그 다음은 매일(베트남인 25.7%, 캄보디아인 26.5%, 미얀마인 24.1%), 주 1~2일(베트남인 13.9%, 캄보디아인 22.4%, 미얀마인 17.2%) 순이었다. 동남아 노동자들은 회사에서 제공하는 한국음식 한 끼 외에 저녁이나 주말에도 한국음식을 섭취하고 있는 것으로 나타났고, 모국음식에 대한 섭취도 높았다. 태국인이 모국음식을 매일 섭취하는 인구가 71.4%로 나타나 비교 국가 중 모국음식의 섭취 비율이 가장 높게 나타났다.

5. 성별에 따른 식생활 관련 행태 및 식생활 적응에 대한 질문에 대한 응답 분석에서는 한국음식에 적응된 시간과 외식횟수에서 유의적인 차이를 보였다. 외식 횟수는 남자는 주 1~2회가 41.5%로 가장 많았고, 그 다음이 월 1~3회(32.6%)인 반면, 여성은 월 1~3회가 49.2%로 가장 많았고 주 1~2회가 33.9%로 그 다음으로 나타나 유의적인 차이를 나타내었다( $p<0.05$ ). 한국음식 적응시간에서도 남녀 차이가 나타났는데 초기 적응까지 걸리는 시간은 남녀가 비슷하다고 볼 수 있으나 초기에 적응하지 못하고 1년 이상 걸리는 인구는 여성이 더 많았다.

6. 한국음식을 먹는 빈도는 취사가 가능한 군에서는 “한국음식을 주 5~6일 먹는다”가 32.3%로 가장 많았고, 그 다음은 매일(27.6%), 하루 1~2회(22.4%)순으로 나타났다. 취사가 가능하지 않는 군에서는 “5~6일 먹는다”가 48.5%로 과반에 가깝게 가장 많이 응답했고, 그 다음이 매일(25%), 3~4일(18.8%) 순으로 나타나 차이를 보였다( $p<0.05$ ). 모국음식을 먹는 빈도는 취사가 가능한 군에서는 매일이 41.9%로 가장 많았고 그 다음은 1~2일이 26.2%, 5~6일이 23.3% 순이었다. 취사가 가능할수록 모국 음식을 먹는 빈도가 높아짐을 알 수 있었다.

동남아시아 노동자들은 대부분 공장에 근무하면서 하루에 한 끼 이상 한국음식을 먹고 있었고, 한국음식에 사용되는 식재료를 낯설어했지만 수개월 만에 적응하여 식생활을 하고 있었다. 한국 음식에 들어가는 양념류(간장, 고추장, 된장 등)와 낯선 식재료에 대해 처음에는 어려워했으나, 먹어보고

만들어 봄으로 인해서 적응하고 있었다. 베트남, 태국, 캄보디아와 한국은 서로 왕래가 많아서 노동자들도 한국 음식을 이해하는 정도가 높은 반면 미얀마는 최근에 서로 교류가 많아지게 되어서 한국음식에 대한 이해도가 낮았다.

본 조사결과가 한국식문화와 다른 식문화에서 성장한 동남아 노동자들의 모국 식문화와 한국에서의 식생활행태를 이해함을 통해 생활환경이 다른 노동자들이 한국에 와서 적응하고 이해하는 데 도움을 주는 기초자료로 활용이 가능할 것으로 생각된다. 외국인력지원센터에 동남아 언어로 된 한식 홍보 책자를 제공한다면 한국에 와 있는 노동자들이 한국음식에 적응하는데 큰 도움이 되리라고 사료된다.

## References

- Agricultural development administration & Eco food institute of Hoseo university 2012. Tasting Korean food of the world (세계의 한식을 맛보다). Korea, pp 65-66
- Asano K, Yoon J, Ryu SH. 2014. Chinese female marriage immigrants' dietary life after immigration to Korea: comparison between Han-Chinese and Korean-Chinese. Korean J. Community Nutr., 19(4):317
- AQUA 2009. Crazy on Thailand (태국에 미치다). Random House Korea, Korea, pp 56-58
- Chae OH, Hong DAG. 2007. Case study for Vietnamese marriage immigrants' adjustment to Korea. Jirean Assoc. Hum. Ecol., 15(1):61-73
- Franzen L, Smith C. 2009. Acculturation and environmental change impacts dietary habits among adult Hmong. Appetite, 52(1):173-183
- Gu NS, Kwon SJ, Lee KA, Lee SY. 2012. Food and culture in the world. Kyomunsa, Korea, pp 85
- Jo JS, Kim KN. 2014. Development of a questionnaire for dietary habit survey of Korean adults. Korean Soc. Community Nutr., 19(3):258-273
- Kang YJ, Jeong HS. 2013. A study on the awareness of traditional Korean food culture among immigrant housewives to design educational plans. J. Korean Soc. Food Cult., 28(3): 246-260
- KFF (Korean Food Foundation, 한식재단). 2015. Global dining and Korean food industry research conference (글로벌 외식 및 한식산업 조사결과 발표회), Korea, pp 121
- Kim JM, Lee NH. 2009. Analysis of the dietary life of immigrant Women from multicultural families in the Daegu area. J. Korean Diet. Assoc., 15(4):405-418
- Kim YS, Kim MJ, Han GS. 2006. Policy task for cultural conflict experience and the promotion of communication of immigrant women (여성 결혼이민자의 문화적 갈등 경험과 소통증진을 위한 정책과제). Korea Women's Development Inst., Korea, pp 68-69, 78-80

- Korean Dining Out Information 2013. (2013) Yearbook of Korean dining out (한국외식연감). Korean Dining Out Information, Korea, pp 415
- Kremmyda L. S, Papadaki A, Hondros G, Kapsokefalou M, Scott J. A. 2008. Differentiating between the effect of rapid dietary acculturation and the effect of living away from home for the first time, on the diets of Greek students studying in Glasgow. *Appetite*, 50(2-3):455-463
- Lee EJ, Pei YQ, Kim EM. 2013. A study on the differences in dietary satisfaction with age in North Korean refugees. *Korean J. Culin. Res.*, 19(2):93-110
- Lee JS. 2012. The Factors for Korean dietary life adaptation of female immigrants in multi-cultural families in Busan. *J. Korean Soc. Food Sci. Nutr.*, 41(6):807-815
- Lesser I. A, Gasevic D, Lear S. A. 2014. The association between acculturation and dietary patterns of South Asian immigrants. *PLoS One*, 9(2):e88495
- Lv N, Cason K. L. 2004. Dietary pattern change and acculturation of Chinese Americans in Pennsylvania. *J. Am. Diet Assoc.*, 104(5):771-778
- So J, Han SN. 2012. Diet-related behaviors, perception and food preferences of multicultural families with Vietnamese wives. *Korean J. Community Nutr.*, 17(5):589-602
- Unger J. B, Reynolds K, Shakib S, Spruijt-Metz D, Sun P, Johnson C. A. 2004. Acculturation, physical activity, and fast-food consumption among Asian-American and Hispanic adolescents. *J. commun. health*, 29(6):467-481
- Van Rompay M. I, McKeown N. M, Castaneda-Sceppa C, Falcon L. M, Ordovas J. M, Tucker K. L. 2012. Acculturation and sociocultural influences on dietary intake and health status among Puerto Rican adults in Massachusetts. *J. Acad. Nutr. Diet*, 112(1):64-74
- Wahlqvist M. L. 2002. Asian migration to Australia: food and health consequences. *Asia Pacific J. Clin. Nutr.*, 11(s3):S562-S568
- KTO (Korea Tourism Organization). Korean Tourism Statistics (한국관광통계). Available from: <http://kto.visitkorea.or.kr/kor/notice/data/statis/profit/board/view.kto?id=424448&isNotice=false&instanceId=294&rnum=2>, [accessed 2015. 6. 12]
- Maeil Economics. Oversea Korean supplement manpower shortage. Available from: <http://news.mk.co.kr/newsRead.php?year=2014&no=1346644>, [accessed 2015. 04. 02]
- Statistics Korea. Investigation of foreign employment 2014. Available from: [http://kostat.go.kr/portal/korea/kor\\_nw/2/1/index.board?bmode=read&bSeq=&aSeq=331164&pageNo=1&rowNum=10&navCount=10&currPg=&sTarget=title&sTxt=](http://kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/2/1/index.board?bmode=read&bSeq=&aSeq=331164&pageNo=1&rowNum=10&navCount=10&currPg=&sTarget=title&sTxt=), [accessed 2015. 04. 02]

---

Received June 17, 2015; revised August 3, 2015; accepted August 10, 2015