

## 한국과 일본 국가수준 보육과정 및 평가지표의 식생활교육 내용 비교

### A South Korea-Japan Comparative Study on the Contents of Dietary Education in the National Child-care Curriculums and Evaluations

서 현 선<sup>1)</sup> 전 홍 주<sup>2)</sup> 민 선 혜<sup>3)</sup>  
Hyun Sun Suh Hong Ju Jun Sun Hye Min

#### I. 서론

식생활은 아이부터 성인에 이르기까지 평생 지속되는 기본적인 삶의 행위로 어릴 적 식생활 습관은 몸과 마음의 건강뿐만 아니라 바른 인성을 형성하는데 기초가 된다. 이렇게 형성된 식생활 습관이 어른이 되어서도 건강한 식습관 및 건강유지에 영향을 미치기 때문에(Ainuki, Akamatsu, Hayashi, & Takemi, 2013) 영유아 개개인의 성장과 발달에 적합한 식생활 교육은 매우 중요하다. 그러나 식생활교육지도에 대한 관점은 차이를 보인다. 보육기관의 식생활교육은 주기적인 식생활 프로그램을 통해 영양과 식습관지도를 강조할 필요가 있다는 입장이 있는 한 편(장숙현, 김지현, 2017) 보육기관의 점심시간을 가장 자연스러운 형태로 반복적으로 일어날 수 있는 식생활교육의 중요한 장(場)이자 시간으로 보는 관점도 있다. 예를 들면, 점심시간을 통해 영유아는 교사, 또래, 조리원 등 다양한 사람들과 상호작용하고, 편안하고 행복함을 느끼는 긍정적인 분위기 속에서 음식을 즐겁게 먹는 것을 습관화할 수 있다고 보는 것이다(Mita, Gray, & Goodell, 2015). 이렇듯 영유아기 식생활교육은 영양과 식습관지도 뿐 아니라 함께 즐겁게 먹고, 식문화 배움, 사회화하는 등 다양한 측면에서 반복적으로 접근해야 하는 보육기관의 중요한 교육영역이라 볼 수 있다.

한편, 만 3-5세 유아를 위한 공통교육과정인 누리과정의 도입으로 어린이집과 유치원이 동일한 교육과정을 실행하게 되고, 영아를 대상으로 무상보육이 실시되면서 보육기관 이용이 보편화되었다(김은설 외, 2016; 김태연, 정현심, 2015). 과거보다 장시간 보육기관을 이용하는 경우가 늘어남에 따라, 보육기관에 다니는 영유아는 하루 최소 한번 이상의 식사와 두 차례의 간식시간을 가지게 되어(여운재, 권수연, 2015) 보육기관 하루 일과 중 식생활 관련 시간이 차지하는 비중이 증가하고 있다.

본 연구는 한국과 일본 국가수준 보육과정 및 보육시설 평가지표의 식생활교육 내용을 비교하여, 양국의 식생활교육의 특성을 알아보고 한국 식생활교육의 방향성을 모색하고자 하는 것이다. 이를 위해 한국은 표준보육과정, 누리과정 원본과 해설서 및 지침서 그리고 어린이집 평가인증통합지표를, 일본은 2018년 개정된 보육소보육지침해설과 제삼자평가지표를 분석하였다. 연구결과는 첫째, 한국의 경우 보육과정과 평가에서의 중점에 차이가 있는 것으로 나타났다. 보육과정은 영양 및 식사예절 등 바르게 먹기의 내용 구성 비중이, 평가지표는 청결 및 위생에 대한 내용 구성 비중이 높은 것으로 분석되었다. 일본의 경우 국가수준 보육과정 및 평가지표는 일관적으로 즐겁게 식사하기 관련 내용이 강조되었고, 이를 위한 다양한 방안을 제시하였다. 둘째, 식생활교육 접근 방식에 있어 한국은 음식에 관한 지식중심으로, 일본은 일상적 체험을 통해 식생활교육 내용을 접근하였다. 즉, 한국의 교육은 영양과 식사예절 관련 지식을 통해 바르게 먹기를 지향하고 있으며, 일본은 다양한 사람들과 관계를 통해 함께 즐기며 식사하기를 지향하고 있는 것으로 나타났다. 이상의 결과는 어린이집에서의 식사지도 개선을 위한 방향성과, 즐겁게 먹기 강조를 위한 일관성 있는 보육과정 및 평가지표의 필요성을 시사한다.

#### ■ 주제어: 식생활교육

(Dietary Education)

국가수준 보육과정

(National Child-care Curriculum)

보육기관 평가지표

(Child-care Center Evaluation Index)

한일비교연구

(Korea-Japan Comparative Study)

1) 성신여자대학교 유아교육과 박사과정, 제1저자

2) 성신여자대학교 유아교육과 부교수, 공동저자

3) 성신여자대학교 유아교육과 박사과정, 교신저자  
(shmin1023@hanmail.net)

그러나 보육기관 현장의 실재를 살펴볼 수 있는 1, 2차 어린이집 평가인증지표에 따른 기관평가결과에 따르면, 식생활교육과 직접적인 연관성이 높은 건강과 영양에 대한 영역별 점수결과가 다른 영역보다 가장 낮아 개선이 시급한 영역인 것으로 나타났다(보건복지부, 한국보육진흥원, 2018). 또한, 식사지도 시 편식 등 음식을 잘 먹지 않는다는 이유로 벌어지는 아동학대의 비율이 높아 영유아 식사지도를 위한 교사의 자질과 시설장의 운영 감독에 대한 학부모들의 불신이 높아지고 있다(보건복지부·중앙아동보호전문기관, 2014; 유계숙, 양수진, 조선아, 2016; 유영규, 2017; 이재연, 김성훈, 2018).

질적인 삶을 위한 건강과 식생활교육은 세계적인 관심사(Marty, Chambaron, Nicklaus, & Monnery-Patris, 2018; Metcalfe, Fiese, & The strong kids 1 research team, 2018; Rozin, Fischler, Imada, Sarubin, & Wrzesniewski, 1999)이다. 우리나라와 유사한 식사 예절 및 식문화를 가지고 있는 일본도 핵가족화와 맞벌이 부부의 증가로 생활패턴이 변화되면서 아침식사를 대충하거나 밥을 주식으로 하는 전통적인 식단이 감소하는 반면 패스트푸드의 섭취로 영양편중 및 비만문제가 야기되고 있다(보건복지가족부·질병관리본부, 2015; 이하정, 2010; 조채영, 김은주, 임재택, 2007; Melby & Takeda, 2014).

일본의 경우 이 같은 상황을 국가적 사회문제로 인식하고 학교 급식의 실시율을 높이고, 「식육기본법(食育基本法)」<sup>1)</sup>을 2005년 제정하여 식생활교육의 기본 이념 아래 식생활교육을 강력히 추진하고자 하는 의지를 보여주었다(이하정, 2010; 정은미, 2006). 또한, 2007년에는 '식(食)에 관한 지침서'를 교육현장에 적용하여 취학 전 어린이를 대상으로 하는 기관 및 상위 학교의 활동에 식생활교육을 적용해 나갈 수 있는 방안을 제시(總務省, 2013)하는 등 국가 차원에서 식생활교육을 위한 다각적인 노력을 기울이고 있다. 이와 같이 식생활교육을 중시하는 국가방침에 기초한 교육내용 및 활동은 2018년 4월부터 적용된 개정 보육소보육지침해설(厚生省, 2018)에서도 나타난다. 특히, 보육기관에서 식생활교육을 특성화하여 운영하도록 한 점은 우리나라 어린이집 영유아를 위한 식생활교육내용의 점점 및 방

향 모색을 위해 주목할 만하다.

우리나라의 경우, 2009년 제정된 「식생활교육지원법」(법제처, n.d.)을 통해 식생활교육의 기본방향을 '모든 국민의 건전한 식습관 형성을 위한 식품의 올바른 선택과 식사예절의 실천'으로 제시하고, 식생활교육기관을 국·공립 교육시설, 대학 및 관련기관으로 지정하였다. 그러나 어린이집은 유치원과 달리 「유아교육법」(법제처, n.d.)에 의한 교육시설이 아니어서 「식생활교육지원법」(법제처 n.d.)의 적용을 받지 않는다. 다만, 어린이집은 2008년 제정된 「어린이식생활안전관리 특별법」(법제처, n.d.)에서 집단급식소로 포함되어, 집단 급식을 하는 어린이집의 경우는 시·군·구청이 운영하는 어린이급식관리지원센터의 지원대상이다.

유아교육분야에서 한국과 일본은 역사적으로 깊은 유사성을 가지고 있으며, 체제적으로도 유치원과 어린이집(보육원)으로 이원화되어 유지되어오다 최근 일원화 논의 과정에서 진통을 겪고 있다는 공통점이 있다. 또한, 심각해지는 저출산과 고령화라는 사회적 문제를 직면하고 있다는 점도 유사하다. 이러한 유사성으로 인하여 비교교육측면에서 연구의 의미가 높다고 인식되는 바, 일본은 세계 여러 나라 중에서도 우리나라와 비교연구가 많이 실행되었다. 특히, 여성가족부가 2007년 「영유아보육법령」(법제처, n.d.)에 의거하여 제 1차 표준보육과정을 고시함에 따라, 같은 해에 많은 비교연구가 실행되었다. 먼저, 오연주(2007)는 한국표준보육과정과 일본보육소지침의 건강영역을 비교분석하여, 두 보육과정이 높은 유사성에도 불구하고 한국은 발달심리학적 기준, 일본은 성숙주의라는 기준의 차이가 있으며, 진술 방식에도 차이를 보인다고 하였다. 이밖에도 보육기관 평가인증시스템 비교(이순자, 이금란, 김세곤, 2007) 및 양국 교사의 행동지도방법에 대한 비교(고미경, 2007)와 교사와 학부모의 교육에 대한 기대 비교(박향아, 제경숙, 2007) 등 다양한 주제의 비교연구가 이루어졌다. 그리고 2012년 정부가 유치원·어린이집 누리과정을 공포함에 따라 유보통합의 기대가 높아지면서 지난 3년간 다시 일본과 비교연구가 활발해지고 있다. 대표적 연구로 영유아 보육제도(강현구, 이순형, 2014), 교사양성체제(손유진, 전운숙, 2016) 등 체제적 측면에서의 비교와 양국 예비교사의 자질인식과 행복감의 관계를 알아보는(이유미, 김성숙, 2014) 교사의 인식측면에서의 비교연구가 실행되었다.

1) 일본의 식육기본법(食育基本法)은 식생활교육기본법(食生活教育基本法)을 줄임말로 이하 식육법이라 한다.

식생활교육과 관련한 비교연구로는 한국과 스웨덴 보육기관 교사의 급식지도 태도 비교연구(한유미 외, 2004)가 있다. 이 연구에 따르면, 잔반의 허용 여부, 음식의 양을 제공하는 방법, 편식하는 경우의 지도방법 등에서 한국교사와 스웨덴 교사 간에는 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. 우수한 보육시스템을 가진 노르딕국가 중의 하나인 스웨덴과의 비교연구는 우리나라 교사들에게 식생활지도에 관한 시사점을 주기는 하나, 식문화의 차이로 인하여 지도방향에 관한 접목에는 제한점이 있었다. 한국과 일본은 전통적으로 쌀을 주식으로 하고 국과 반찬이 있으며, 식사도구로 젓가락과 숟가락을 사용하는 등 식생활과 식사예절의 유사성을 보이고 있다. 이러한 점에서 식생활문화에서 큰 차이를 보이고 있는 유럽이나 미국보다는 일본과의 식생활교육을 비교하는 것이 우리나라 식생활교육의 방향을 모색하는데 합의하는 바가 클 것이다.

따라서 본 연구에서는 비교대상 간의 유사성은 높으나 차이를 나타내는 현상을 연구하는 효과적인 방식으로 알려진 비교연구(Berg-Schlusser, 2001)를 통해 한국과 일본의 국가수준 보육과정 및 평가의 식생활교육 관련 목표, 내용 및 지도방안을 분석하고자 한다. 이는 국가수준 보육과정은 교사들에게 가장 기본적인 지침이 되고 교육의 실제 근거가 되어 많이 활용되기 때문이다(양승희, 조현정, 유지연, 2014). 국가수준 식생활교육에 대한 구성 및 내용 특징 이해는 한국과 일본의 식생활교육의 방향과 강점을 발견하는 동시에 비판적(critical)인 반영의 기회가 될 것이다. 이를 통해 궁극적으로 식생활교육에 대한 내용 및 방법을 다각화하는데 기여할 수 있을 것으로 기대한다.

위와 같은 연구의 목적 및 필요성에 의해 한국과 일본의 국가수준 보육과정 및 평가지표에서 제시하는 목표 및 내용구성 체계와 구체적인 교육 내용 및 지도방안의 비교를 위한 연구문제를 다음과 같이 설정하였다.

연구문제 1. 한국과 일본의 국가수준 보육과정 및 평가지표의 식생활교육관련 영역의 목표 및 식생활교육 내용구성 체계는 어떠한가?

연구문제 2. 한국과 일본의 국가수준 보육과정 및 평가지표의 주요한 식생활 교육내용 및 지도방안은 어떠한가?

## II. 연구방법

### 1. 분석자료

본 연구의 자료는 한국과 일본 보육기관의 식생활교육 관련 부처 및 기관의 홈페이지에 탑재된 국가수준 보육과정 및 평가지표 자료이다. 이 자료들은 한국과 일본의 보육기관 식생활교육의 기본적인 방향 및 구성 체계와, 양국 식생활교육의 주요내용 및 지도방안 그리고 관련 평가에 대한 국가수준 보육과정 및 평가로서의 대표성을 검토하여 선정하였다. 한국과 일본은 보육과정의 일정한 질적 수준을 유지하기 위해 교육 목적과 목표를 제시하고, 교육내용의 일반적인 기준을 고시하며, 그 실천여부를 판단할 수 있는 평가기준에 관한 자료 또한 마련하고 있다. 표 1과 같이 분석자료는 한국의 경우, 표준보육과정과 연령별 누리과정의 원문과 해설서 및 지침서 그리고 3차 어린이집 평가인증 통합지표, 일본의 경우 2018년 개정된 보육소보육지침해설과 제삼자평가지표이다. 특히, 2018년 공시된 새로운 보육소보육지침의 분석을 위해 일본에서 유아교육관련분야를 전공하고 보육원에서 교사경험이 있는 연구자가 번역하여 내용의 타당도를 확보하고자 노력하였다.

표 1. 분석자료

	한국	일본
분석자료	- 표준보육과정 원문(2013) - 3-5세 누리과정 해설서(2013) - 3-5세 누리과정 교사용 지침서(2013)	- 개정 보육소보육지침해설 (2018)
	- 제3차 어린이집 평가인증안내(2018)	- 제삼자평가지표(2007)

### 2. 분석기준 및 분석 방법

자료의 분석은 연구문제에 따라 그 기준과 방법을 달리 적용하였다. 첫 번째 연구문제는 한국과 일본 국가수준보육과정의 목표 및 구성 체계를 분석하고 양국의 평가지표를 비교함으로써 식생활교육의 기본방향을 알아보고, 식생활교육 내용의 비중을 구조적으로 파악하는 것이다. 한국과 일본의 보육과정을 비교한 선행연구(오연주, 2007)에 의하면, 한국과 일본의 보육과정은

목적, 영역 구성 및 목표, 내용 진술 등에서 비교 가능한 유사한 체계를 가진다. 본 연구는 한국과 일본의 최근 개정된 보육과정 및 평가지표를 대상으로 하여 개정 전 자료를 사용한 선행연구들과 세부적 내용에는 차이가 있었으나, 구조적인 큰 틀을 비교하는 데에는 무리가 없는 것으로 판단되었다. 따라서 선행비교연구의 분석기준에서 착안하여 아래 표 2와 같이 연구문제 1번인 한국과 일본 식생활교육방향 및 내용구성체계의 공통점 및 차이점 비교를 위한 분석기준을 마련하였다.

표 2. 연구문제 1을 위한 분석틀

분석내용	분석 기준
식생활교육의 기본 방향	- 보육과정의 식생활교육관련 영역 목표 및 구성 체계 - 평가지표의 영역 구성
식생활교육관련 내용구성 체계	- 식생활교육과 관련된 내용범주와 비중 - 식생활교육과 관련된 평가범주 및 요소의 비중

또한, 두 번째 연구문제를 위하여 한국과 일본의 국가수준 보육과정 및 평가지표에 나타난 식생활교육관련 내용을 질적인 내용분석기법(손행미, 2017)을 활용하여 분석하였다. 한국의 경우, 누리과정 해설서와 교사용 지침서 그리고 어린이집 통합평가인증지표에서 제시하고 있는 식생활교육관련 내용, 활동의 예, 지도방법 및 평가항목과 기준을 기술하고 있는 부분을 활용하였고, 일본의 경우 개정된 보육소보육지침해설과 제삼자평가에서 한국과 상응하는 부분을 찾아 활용하였다.

내용분석의 가장 중요한 과제는 분석단위를 효과적으로 결정하는 일이다(조용환, 1990). 연구자들은 반복적으로 지침서, 해설서 등에서 해당내용을 앞뒤맥락과 함께 읽으면서 자료 전체의 의미를 파악하고, 코드를 생성하기 위해 식생활교육과 관련하여 의미 있는 단어, 구, 문장에 집중하여 읽고 논의하였다. 한국과 일본의 국가수준 보육과정에서의 식생활교육과 관련하여 제시하는 주요 문장의 내용은 일반적인 보육과정 내용구성 원리에 근거하여 지식, 기술, 태도 범주로 유목화 되었으며, 합의된 의미에 따라 한국은 영양과 식사예절에 관한 지식을 위한 교육으로 일본은 일상의 체험적 활동을 통한 음식의 재료, 조리, 공복감 및 음식 섭취 등으로 재 유목화 되었다. 최종적으로 한국은 음식 관련 지

식을 통한 바르게 먹기를 일본은 일상의 체험적 활동을 통한 즐겁게 먹기 내용이 지향점으로 추출되었다(아래 표 9, 표 10참고). 이와 더불어 연구의 주요 내용에 따른 지도 방안 및 평가지표를 통해 식생활교육의 특성을 다각적으로 분석하고 표로 제시하였다(아래 표11 참고). 결과의 진실성을 위해 한국과 일본 각국의 교육전문가 2인에게 내용을 점검받았다.

### III. 식생활교육 목표 및 구성 체계 비교

한국과 일본 국가수준 보육과정 및 평가는 영역의 목표와 세 연령 범주로 보육과정이 구분된다는 점에서는 유사하지만 식생활교육을 위한 세부목표의 유무와 내용구성 체계는 차이가 있었다. 식생활교육 관련 영역의 목표 및 내용구성 체계를 비교하기 위하여, 먼저 한국 표준보육과정의 기본생활영역, 누리과정의 신체발달·건강 영역과 일본 보육소보육지침해설의 신체적 발달 및 건강영역을 알아본 후, 어린이집 평가인증 통합평가지표에서 식생활교육 관련 영역의 지표와 제삼자평가 지표의 식생활교육관련 영역의 지표를 살펴보았다.

#### 1. 국가수준 보육과정 식생활교육 관련 구성 체계

##### 1) 한국 표준보육과정 및 누리과정

현재 시행되는 3차 표준보육과정은 어린이집에 다니는 전 연령을 대상으로 0-1세, 2세, 3-5세로 구분되며, 특히, 3-5세의 경우 2012년 3월부터 시행된 유치원과 어린이집 공통과정인 「3-5세 연령별 누리과정」이 적용된다.

##### (1) 식생활교육 관련 영역 내 교육내용 체계

건강하고 안전한 생활 습관을 기르기라는 목표 아래 식생활교육관련 내용을 포함하고 있는 보육과정의 영역은 ‘건강하게 생활하기’라는 기본생활습관을 위한 공통의 내용범주를 가지고 있다(표 3). 이 내용범주는 0-1세, 2세 보육과정은 건강과 관련된 기본생활영역에 3-5세 누리과정에서는 신체운동·건강영역에 포함되어 있으며, 내용범주에 따른 내용과 개수는 아래 표 3과



같이 연령에 따라 차이가 있다. 예를 들면, 0-1세 보육과정의 ‘건강하게 생활하기’는 ‘몸을 깨끗이 하기’, ‘즐겁게 먹기’, ‘건강한 일상생활하기’의 3개 내용으로 가장 적게 구성되어 있다. 반면에, 2세와 3-5세의 ‘건강하게 생활하기’는 4개의 내용으로 0-1세의 ‘몸을 깨끗이 하기’와 ‘건강한 일상생활하기’ 내용은 유지되는 반면, ‘즐겁게 먹기’내용이 각각 ‘바르게 먹기’와 ‘바른 식생활하기’로 변화되어 바른 식생활 태도와 식사예절과 관련된 내용과 질병에 대해 알아보고 예방하는 내용이 추가된다.

르게 먹기’내용이 있다. 그 세부내용은 아래 표 4에 제시된 바와 같이 3개로 영양적인 측면에서 편식하지 않고 음식을 골고루 먹는 것과 식사예절 측면의 도구를 사용해서 스스로 먹는 것, 정해진 자리에서 먹는다는 내용을 포함하고 있다. 이는 우리나라「식생활교육지원법」의 기본방향인 바른 음식 섭취와 식사예절의 실천을 중시하는 점과 유사하다.

마지막으로 3-5세 누리과정의 바른 식생활하기 내용을 살펴보면, 표 4와 같이 연령별로 3개의 유사한 세부 내용을 가지고 있음을 알 수 있다. 세부내용을 구체적

표 3. 한국 보육과정 식생활교육관련 영역 목표 및 연령별 내용범주와 내용체계

영역목표	구분	0-1세 보육과정	2세 보육과정	3-5세 누리과정	영역목표
	내용 범주	건강하게 생활하기			
기본생활 영역목표 건강하고 안전한 (0-1세) 일상생활을 경험한다. (2세) 생활습관의 기초를 마련한다.	몸을 깨끗이 하기	몸을 깨끗이 하기	몸과 주변을 깨끗이 하기		신체운동 건강영역 목표 (3-5세) 기본운동 능력과 건강하고 안전한 생활습관을 기른다.
	즐겁게 먹기	바르게 먹기	바른 식생활하기		
		건강한 일상생활하기	건강한 일상생활하기	건강한 일상생활하기	
	건강한 일상생활하기	질병에 대해 알기	질병 예방하기		

(2) 식생활교육 관련 수준별, 연령별 내용 및 세부 내용 구성 체계

0-1세 보육과정은 다른 연령별 교육과정과 다르게 ‘즐겁게 먹기’내용을 가지고 있다. ‘즐겁게 먹기’는 아래 표 4와 같이 ‘수준별 수유 및 이유’의 방법에 관한 내용과 ‘도구 이용하여 먹어본다’와 ‘즐겁게 먹는다’라는 3개의 세부내용을 제시한다. 통상적인 보육과정 내용구성 체계는 내용이 세부내용보다 상위의 개념이나 포괄적인 내용이어야 하는데, 즐겁게 먹기→즐겁게 먹는다는 그러한 체계성이 없어 애매모호한 측면이 있다. 즉, ‘즐겁게 먹기’라는 내용범주에 세부적인 관련 교육내용이 제시되지 않고 ‘즐겁게 먹는다.’라는 동일한 의미 문장을 제시하여 다른 영역의 세부내용에서 유지되는 내용 기술의 체계성이 없고 즐겁게라는 의미에 대한 해석의 어려움을 남기고 있다.

2세 보육과정부터는 ‘즐겁게 먹기’ 내용은 없고 ‘바

으로 살펴보면, 3, 4세의 음식을 골고루 먹기는 2세와 내용이 동일하게 유지되며, 5세의 경우, 적당한 양이라는 내용이 첨가되어 적당량의 음식을 골고루 먹기로 차이를 두고 있음을 알 수 있다. 한편, 2세에는 없었던 세부내용인 몸에 좋은 음식이 무엇인지에 관심을 갖는 내용이 3, 4, 5세 각각 연령별로 좋은 음식에 관심을 갖고, 알아보고, 선택하는 등 약간의 세부내용의 차이를 두고 제시되어 있다. 또한, 도구를 사용해서 먹기, 정해진 자리에서 먹기와 같은 식사예절과 관련된 내용이 통합되어 3세의 경우 바른 태도로 식사하기로 4, 5세의 경우 음식을 소중히 여기는 식습관이 추가되어 음식을 소중히 여기고 식사예절을 지키기라는 세부내용으로 확장되었다.

이처럼 한국의 국가수준 보육과정은 식생활교육과 관련하여 영양적 섭취와 식사예절에 관한 습관형성에 관련된 내용의 비중이 높다.

표 4. 한국 식생활교육관련 연령별 세부 내용 구성 체계

수준별 내용	0-1세 표준보육과정			
	1수준	2수준	3수준	4수준
즐겁게 먹기	편안하게 안겨서 우유를 먹는다.	이유식에 적응한다.	고형식에 적응한다.	다양한 음식을 먹어본다.
			도구로 음식을 먹어본다.	
	즐겁게 먹는다.			
수준별 내용	2세 표준보육과정			
	1수준		2수준	
바르게 먹기	음식을 골고루 먹는다.			
	도구를 사용하여 스스로 먹는다.			
	정해진 자리에서 먹는다.			
연령별 내용	누리과정			
	3세	4세	5세	
바른 식생활하기	음식을 골고루 먹는다.		적당량의 음식을 골고루 먹는다.	
	몸에 좋은 음식에 관심을 갖는다.		몸에 좋은 음식을 알아본다.	
	바른 태도로 식사한다.	음식을 소중히 여기고 식사예절을 지킨다.		

2) 일본 보육소보육지침<sup>2)</sup>

일본 보육소보육지침은 우리나라의 표준보육과정과 누리과정처럼 국가수준 보육과정 지침서로 현재 일본 보육원에서 적용되고 있다. 보육소보육지침은 1965년에 제정되었으며 1990년, 1999년 두 번의 개정을 거쳐 2008년도에 개정 고시된 것을 시행하였었다. 그 후 아이의 건강한 성장을 지원해 나가기 위한 질 높은 교육·보육을 제공하는 것을 목표로 어린이 육아지원 신제도가 시행되고, 1·2세의 보육기관 이용 비율이 급증하면서, 2015년 12월에 사회보장심의회 아동부보육전문위원회가 설치되어 보육소보육지침의 개정에 관한 검토가 이루어졌다. 그리고 2017년 새로운 보육소보육지침이 공시되어, 2018년 4월 1일부터 개정 보육소보육지

침이 적용 실시되고 있다(厚生省, 2018).

일본의 보육소보육지침은 각 보육원의 이념과 목표에 따라 어린이와 보호자의 상황 및 지역실정 등을 감안한 창의적 보육을 통해 보육의 기능 및 질적 향상을 위하여 노력해야 한다고 제시하였다. 또한 모든 보육원의 공통목표로 보육을 통해 영유아가 현재를 잘 살아가면서 바람직한 미래를 만들어내는 힘의 기초를 기르도록 하였다. 즉, 이 시기는 인간형성에 있어서 매우 중요한 시기이며, 보육원은 영유아가 현재를 편안하고 행복하게 살아가게 함과 동시에 미래를 살아갈 수 있는 힘의 기초를 축적할 수 있도록 해야 한다. 따라서 보육과정 운영에 있어 영유아의 생명 유지 및 정서 안정을 도모하기 위해 ‘보살핌(養護)<sup>3)</sup>’이 있어야 되며 ‘교육’은 영유아가 건강하게 성장하고 활동이 더욱 풍부해지기 위한 발달의 지원이다. 그러므로 실제보육현장에서는 보

2) 본 내용은 후생성(厚生省) 홈페이지에 제공하는 보육소보육지침해설(保育所保育指針解説)을 바탕으로 하며, 이하 보육소보육지침으로 줄여 표기한다.

3) 일본어로 養護로 표기되고 양호라고 읽지만 전문가의 조언을 통해 보살핌으로 표기하였다.

살핌과 교육이 일체적으로 실시되어야 하는 것을 강조하고 있다.

(1) 보육소보육지침의 내용구성 체계

새로운 개정 보육소보육지침은 3세미만 영아의 보육의 중요성을 보다 명확하게 하고 있으며 관련 내용을 보다 충실히 하였다. 연령에 따른 발달의 특징을 기초로 수유기 영아 보육의 목적 및 내용을 세 가지 관점(영역)에서 정리하여 실제 보육 현장에서 활용하기 쉽도록 했다. 신체적 발달 관점에서는 ‘건강하고 편안하게 성장한다.’ 사회적 발달 관점은 ‘주위 사람들과 친숙하게 지낸다.’ 정서적 발달 관점에서는 ‘주변에 관심을 갖고 접하면서 감성이 발달한다.’로 구성하였다.

보육에 있어서 이러한 구성은 이후 건강, 언어, 인간관계, 표현, 환경의 다섯 가지 영역에 관련된다. 1세 이상 3세 미만의 시기는 짧은 기간에 현저한 발달을 보이는 시기로 발달의 개인차가 크기 때문에 개개 영아에게 맞는 적절한 발달의 지원이 필요하다. 그러므로 영아의 일상생활과 놀이 속에서 다섯 개의 영역이 상호 관련하여 형성될 수 있도록 유의해야함을 명시하고 있다.

3세 이상 유아의 보육은 영아기 성장이 토대가 되어 전개되며 유아의 발달 상태에 따라 유아가 주체적 놀이를 할 수 있는 시간과 환경을 구성해야 한다. 이를 위해 5개 영역의 목표와 내용을 보다 인식하여 보육하는 것이 중요하다고 보았다. 특히 초등학교 취학 전 유아는 ‘유아기 끝까지 성장하고 싶다’는 목적을 가지고 있다. 따라서 유아기의 성장이 이후 학습과 생활에 이어진다는 기대를 가지고 유아의 주체적이고 협동적인 활동을 충실히 지원해야 한다고 보았다.

(2) 식생활교육 관련 목표 및 영역구성

일본 보육소보육지침 식생활교육 관련 영역은 수유기 영아의 경우는 신체적 발달 관점에서 다루고 있으며 1세 이상 영유아는 건강 영역에 포함되어 있다. 신체적 발달 관점과 건강 영역은 ‘건강한 몸과 마음을 길러 스스로 건강하고 안전한 생활을 만들어 내는 힘을 기른다.’라는 공통된 목표를 가지고 있다. 그에 따른 세부적 목표는 환경에서 생활하며 느끼는 것, 생활(식사, 수면 등)에서의 습관형성, 몸의 움직임으로 구분되며 연령이 증가함에 따라 다소 차이가 있지만 목표의 주된 내용은 일관성 있게 질적 수준이 향상되어 기술된다. 식생활교육 관련 세부 목표에서 수유기 영아는 생활의 리듬 감각을 키우는 것으로, 1세 이상부터는 필요한 습관과 태도를 익혀서 행동하는 것으로 하고 있다.

특히, 2008년 보육소보육지침부터는 신체적 발달 관점과 건강 영역 외에도 ‘건강과 안전’을 별도의 장으로 만들어 식육을 보육원의 특성화 교육으로 추진하고 있다.

(3) 식생활교육관련 연령별 내용 구성 체계

연령별 식생활교육관련 내용구성은 표 6과 같이 그 내용과 개수가 연령에 따라 차이가 있다. 수유기 영아와 1세 이상 3세 미만의 영아는 신체 및 건강영역의 5개 내용 중 2개의 내용으로 구성되어 있으며, 3세 이상의 유아는 건강영역의 7개 내용 중 3개 내용으로 구성되어 있다. 식생활 교육과 관련된 내용을 살펴보면 수유기 영아는 이유식, 1세 이상 3세 미만의 영아는 다양한 음식, 3세 이상의 유아는 친구를 통해서 등 연령에 따라서 세부적 내용을 구분하고 있다. 그러나 ‘식사를 즐긴다.’는 내용은 표 6에서 보듯이 공통된 내용으로 일관성 있게 제

표 5. 일본 보육과정 식생활교육관련 목표 및 영역구성

목표: 건강한 몸과 마음을 길러 스스로 건강하고 안전한 생활을 만들어 내는 힘을 기른다.				
영역	수유(乳)아	1세 이상 - 3세 미만	3세 이상	영역
신체 발달 관점 (수유아)	신체 감각이 성장하고 쾌적한 환경에서 편안함을 느낀다	밝고 자유롭게 생활하고 스스로 몸을 움직이는 것을 즐긴다	밝고 자유롭게 행동하고 성취감을 경험 한다	건강 (1세 이상)
	식사, 수면 등의 생활리듬 감각을 키운다.	건강하고 안전한 생활에 필요한 습관을 익히며 스스로 하고자 하는 마음을 기른다.	건강하고 안전한 생활에 필요한 습관과 태도를 익히고 기대를 가지고 행동한다.	
	자유롭게 몸을 움직이며 기어가기와 걷기 등의 운동을 하려 한다	자신의 몸을 충분히 움직여 다양한 운동을 하려 한다	자신의 몸을 충분히 움직여 운동을 발전 하려 한다.	

시한다. 또한, 수유기 영아의 경우 생활리듬감을 키우는 것, 1세 이상의 경우 스스로 하는 것과 같은 자립을 강조하고 있다.

정 및 상호작용 영역의 첫 번째 지표인 보육계획수립 및 실행은 국가수준의 보육과정에 제시된 목표와 내용을 반영하고 있는지, 누리과정을 포함하여 표준보육과정의 영

표 6. 일본 보육과정 신체발달·건강영역 식생활교육관련 내용구성

구분	수유아	1세 이상 3세 미만	3세 이상	구분
세부목표	내용			세부목표
식사, 수면 등의 생활리듬 감각을 키운다. (수유아)	개인차를 가지고 수유하며 이유식을 하면서 다양한 식품에 익숙해져 가며 먹기를 즐긴다.	다양한 음식과 조리 형태에 익숙해지고 여유로운 분위기에서 식사와 간식을 즐긴다.	보육교사나 친구와 식사를 즐기고 음식에 대한 흥미와 관심을 갖는다.	건강하고 안전한 생활에 필요한 습관을 익히며, 스스로 하고자 하는 마음을 기른다./  건강하고 안전한 생활에 필요한 습관과 태도를 익히고 전망을 가지고 행동한다.
	개개인의 생활 리듬에 따라 안전한 환경에서 충분히 낮잠을 잔다.	식사와 낮잠, 놀이와 휴식 등 보육의 생활 리듬이 형성된다.	주변을 청결하게 하고 옷 입고 벗기, 식사, 배설 등의 생활에 필요한 활동을 스스로 한다  건강한 생활 리듬을 갖는다.	

## 2. 보육기관 평가지표 식생활교육 구성 체계

### 1) 한국 평가인증 통합지표 식생활교육 구성

한국은 공통 교육과정과 더불어 어린이집과 유치원의 질을 상호 비교할 수 있는 통합된 국가수준 평가지표인 통합지표가 개발되어 2017년 11월부터 시행되고 있다. 어린이집 평가인증 통합지표는 보육과정 및 상호작용, 보육환경 및 운영관리, 건강·안전, 교직원 4개 영역으로 구성되며 21개 지표, 79개 평가항목으로 구성되어 있다. 21개 지표는 79개의 하위 평가항목과 건강·안전 영역에 한정된 56개의 평가요소로 구성된다. 평정방식은 현장평가자의 관찰, 면담, 기록 확인에 따른 절대평가 방식으로 평가항목에 대해 충족(Y) 혹은 미충족(N)으로 체크하며, 최종결과의 등급은 항목별 충족여부와 개수에 따라 산출된다.

어린이집 평가인증 통합지표에서 식생활교육과 관련성이 높은 평가영역은 표 7에 제시된 바와 같이 영역 1. 보육과정 및 상호작용, 영역 3. 건강·안전 영역이다. 먼저, 영역 1의 보육과정 및 상호작용 영역은 31개의 가장 많은 평가항목수를 가진 영역으로 평가의 비중이 높아 평가인증에서 강조되는 영역이라고 볼 수 있다. 보육과

역을 반영하여 보육활동을 실시하는지의 여부 등을 현장 관찰자가 기록을 확인하고 관찰하여 평가하는 항목이다. 즉, 앞서 살펴보았던 0-1세 보육과정의 ‘즐겁게 먹기’와 2세, 3-5세 보육과정 및 누리과정에서 ‘바르게 먹기’가 계획되고 실시되는지 점검하는 근거가 되는 것이다.

영역 1의 7번째 평가지표인 ‘일상생활’을 살펴보면, 1-7-1 특별활동과 1-7-2 일상생활의 분위기와 관련된 2개의 평가항목을 가지고 있다. 식생활교육과 관련된

내용은 ‘일상생활’의 일상생활분위기 지표의 세부항목 1개로 현장평가자는 교사가 식사와 간식 시간에 서 두르지 않고, 안정되며 즐거운 식사분위기를 조성하는지 여부를 관찰한다. 일상생활 평가지표에서 특별활동 혹은 일상생활분위기 중 하나에서만 충족(Y)을 받으면 ‘일상생활’ 전체에서 적합이상 등급을 받기 때문에 일상생활분위기 조성의 하위 항목인 즐겁고 편안한 식사분위기 조성이 강조되고 있다고 보기는 어렵다. 이는 과거 2차 어린이집 평가지표의 상호작용 영역에서 즐거운 식사(영아의 경우 수유)와 간식이 ‘일상적 양육’의 독립된 항목이었던 것에 비해 식사의 즐거움의 측면의 평가가 오히려 약화되었다고 볼 수 있다.

또 하나의 식생활교육과 관련성이 있는 영역은 영역 3 건강·안전영역으로 총 5개의 평가지표를 가지고 있



표 7. 한국 식생활교육관련 통합평가지표

평가영역	1. 보육과정 및 상호작용 (31)							3. 건강· 안전(15)				
	1-1	1-2	1-3	1-4	1-5	1-6	1-7	3-1	3-2	3-3	3-4	3-5
평가지표	보육 계획 및 실행	일과 운영	교수-학습 방법 및 놀이 지원	교사-영유아 상호 작용	영유아 간 상호 작용시 교사 역할	평가	일상 생활	실내외 공간의 청결 및 안전	급·간식	건강 증진을 위한 교육 및 관리	등·하원의 안전	안전교육 및 사고대책
평가 항목수 (평가 요소수)	4	5	6	6	4	4	2	4 (14)	3 (16)	3 (9)	2 (8)	3 (9)
평가지표	세부평가항목						평가지표	세부평가항목				
일상생활	1-7-1 (Y/N) 특별활동을 운영지침에 따라 실시한다.						급·간식	3-2-1-(5) (Y/N) 영양의 균형을 고려한 급·간식을 제공하고 있다.				
	1-7-2 (Y/N) 영유아의 일상생활경험이 편안한 분위기에서 생활화되도록 격려한다. [2] 식사와 간식시간에는 서두르지 않고 안정되고 즐거운 식사분위기를 조성한다.							3-2-2-(5) (Y/N) 식자재의 구입·보관 및 조리공간을 위생적으로 관리하고 있다.				
	지표등급 우수: Y가 2개, 적합: Y가 1개 개선필요: Y가 0개							3-2-3-(6) (Y/N) 조리 및 배식과정을 청결하고 위생적으로 관리하고 있다. 지표등급: 우수 Y가 3개, 적합 Y가 2개, 개선필요 Y가 1개				

으며, 그 안에서 3-2 급·간식 평가지표가 있다. 급·간식 평가지표는 3개의 세부평가항목과 16개의 평가요소를 가지고 있다. 표 7에서 제시된 바와 같이, 급·간식 항목은 급·간식으로 제공되는 음식의 영양 수준, 어린이집의 식자재의 구입과 보관 장소의 위생수준, 조리 및 배식과정의 청결수준을 평가하는 것이다. 즉, 어린이집의 운영의 총 관리자인 원장과 급·간식 식단을 계획하고 준비하고 조리실의 청결을 유지해야 하는 조리원 및 배식과정에 참여하는 교사가 숙지하고 고려해 볼 영양, 위생과 청결에 관한 사항들로서 16개의 평가요소로 나누어 자세히 제공되고 있다. 급·간식의 평가지표에서 적합이상의 등급을 받기 위해서는 총 3개의 세부평가항목 중 2개 이상을 충족하면 가능하다.

따라서 급·간식 평가지표는 점식이나 간식시간에 영유아가 배우는 식생활교육이나 교사의 지도방법과는 관련성이 낮은 급식 운영 관리 측면의 위생과 청결의 비중이 높다.

#### 2) 일본 제삼자평가의 내용구성 체계<sup>4)</sup>

보육서비스 향상에 관한 관심이 높아지면서 후생성이 2002년부터 보육원을 대상으로 제삼자평가를 시작하게 되었다. 제삼자평가는 평가기준에 따라 보육원의 자체평가, 이용자 조사, 평가조사자의 현장방문조사를 통해 보육의 질을 평가한다(유해미, 유희정, 장경희, 2011). 제삼자평가를 통해 교직원들은 자기평가에 주체적으로 참여함으로써 교직원의 의식 개혁과 협동성을 강화할 수 있다. 또한, 제삼자평가 결과를 보호자에게 보고하여 협동 체제를 구축할 수 있으며, 보육원의 보육내용과 질적 수준을 알게 되므로 이용자가 보다 좋은 서비스를 선택 할 수 있게 되었다는 것에 의의가 있다(厚生省, 2018).

제삼자평가의 추진 사업의 일환으로 2004년에 보육

4) 본 내용은 시마네현(島根県)이 제공하는 일본보육소제삼자평가 내용평가기준(日本保育所第3者評価内容評価基準, 2013)을 바탕으로 하였다.

원을 포함한 사회복지시설을 대상으로 하는 공통 평가 기준이 전국사회복지협의 위원회에 의해 생겨났으며, 공통 평가기준으로 55개 항목에 대한 판단기준 가이드 라인이 제시되었다. 또한, 시설의 종류에 따라서 부가 기준이 설치되면서, 보육원은 전국보육교사양성협의회의 도움을 받아 34개 평가항목으로 구성된 보육소판이 만들어졌다(全國社會福祉協議會, 2007). 제삼자평가는 사회복지사업 운영자가 스스로 평가인증 사업단을 선정하고 계약을 체결하여 평가 받는 형식으로 제도화 되어 있다. 평가 점수는 A, B, C의 순서로 이루어지고 점수가 좋지 않아 탈락을 하는 경우는 없으며, 평가받은 보육기관에서 문제를 제기하지 않으면 평가 점수를 인터넷에 공개하여 이용자가 보육원을 선택하는데 보육원 평가결과 자료를 활용할 수 있도록 하고 있다(이순자 외, 2007).

표 8. 일본 제삼자평가 보육소판 식생활교육 평가지표

평가영역	6. 어린이의 발달 지원 (10)									
평가 지표	6-1	6-2	6-3	6-4	6-5	6-6	6-7	6-8	6-9	6-10
평가지표	보육 계획	지도계획 평가·수정	건강관리 매뉴얼	건강진단	치과검진	전염병 발생대응	즐거운 식사 방법공리	식사상황 파악	식생활에 관한 가정과의 연계	알레르기에 관한 전문의와의 연계
6-7 즐거운 식사방법 공리	식사를 즐겁게 할 수 있도록 하는 방법을 제공하고 있다. -판단기준- [1] 분위기를 식사 할 수 있는 장소로 만들어 즐겁게 먹을 수 있는 분위기를 제공하고 있다. [2] 아이가 음식물에 관심을 갖도록 방법을 고안한다. [3] 개인차나 식욕에 따라서 양을 조절할 수 있도록 다양한 방법을 제공한다. [4] 아이가 음식을 남기지 않고 먹도록 부담스럽게 강요하거나 편식을 고치도록 꾸중하지 않는다. [5] 아이들이 안정되고 즐거운 식사를 할 수 있도록 이런 지원 방안을 연구하고 있다. [6] 때로는 실외에서 먹는다든지 다양한 식사스타일을 궁리하고 있다. [7] 아이가 재배한 채소 등을 요리하여 먹는 것을 하고 있다. [8] 아이가 배식이나 식사정리 등에 참가할 수 있도록 하고 있다. [9] 조리사가 조리하는 상황을 어린이들이 관찰할 수 있고 서로 이야기를 주고받을 수 있도록 하고 있다.				6-8 식사 상황 파악	어린이들의 식사상황을 파악함으로써 식단을 작성한다든지 조리할 때 참고하고 있다. - 판단기준- [1] 아이들의 먹는 양, 좋아하는 것과 싫어하는 것 등을 파악하고 있다. [2] 식사량과 잔반을 조사, 기록하여 식단을 작성하거나 조리할 때 반영한다. [3] 식단표 작성할 때는 제철의 식재료를 활용하여 전통행사 음식들도 자주 먹을 수 있도록 하고 있다. [4] 계절이나 식사의 형태를 배려하고 있다. [5] 가능한 간식은 가공식이 아닌 직접 조리한 것을 먹도록 하고 있다. [6] 식사하는 상황을 영양사나 조리사가 관찰하거나 아이들의 이야기를 듣는 기회를 배려한다. [7] 아이들 개인의 발육상황이나 건강상태나 발육상황을 고려하여 요리법을 행하고 있다.				
6-9 식에 관한 가정연계	아이의 식생활을 충실하기 위해 가정과 연계하고 있다. 평가 : 최고 A - 최저 B A. 잘 연계하고 있다. B. 연계하고 있지 않다.				6-10 알레르기 전문의와의 연계	알레르기성 질환을 가진 아이에 대해 전문의와 연계되어 적절한 대처를 하고 있다. A. 알레르기성 질환을 가진 아이에 대하여 전문의의 지식을 통해 적절한 대처를 하고 있다. B. 알레르기성 질환을 가진 어린이에 대하여 전문의의 지식을 받고 있지 않거나 받고 있더라도 적절한 대처를 하고 있지 못하다.				

## (2) 식생활교육 관련 평가지표

앞에서 제시한 보육소보육지침(厚生省, 2018)의 보육 목표와 보육내용 및 활동은 제삼자평가의 평가항목과 서로 연관성을 보이고 있다. 예를 들면, 건강영역의 목표에 따른 식생활내용으로 식사를 즐겁게 하는 것을 강조하고 있는 것과 같이 제삼자평가의 어린이발달지원영역의 내용을 살펴보면 ‘식사를 즐겁게 할 수 있도록 하는 방법을 제공하고 있다.’를 평가하고 있다. 그에 따른 9가지 판단 기준을 근거로 식사를 즐겁게 할 수 있는 방법을 제공하고 있으면 A의 점수를 주고, 식사를 즐겁게 할 수 있도록 조금의 방법을 제공하면 B, 식사를 즐겁게 할 수 있도록 하는 방법을 제공하지 않으면 C의 점수를 부여한다. 이렇듯 식생활 관련에 대한 전체적인 구성 내용이 계열화되어 전개되어 있다. 또한, 식생활교육에서 식사를 즐기는 방안(6-7)과 식사 상황(6-8)을 파악해서 반영시키는 내용이 많은 부분을 차지하는 것을 통해 일본 보육과정 및 평가에서 즐거운 식사에 대한 부분을 중요시하고 있다는 것을 알 수 있다.

그 외에도 가정과의 연계(6-9), 알레르기 질환(6-10)에 대한 평가 항목이 있다. 또한, 보육환경의 항목 중에서는 식사를 위한 환경이 마련되어 있는 것(7-2)을 평가하고 있으며, 영아를 위한 이유식 방법(7-11)을 평가하고 있다. 마지막으로 안전 및 사고방지 평가 항목은 매뉴얼에 기초하여 조리실 수도주변의 위생관리가 적절하게 실시되고 있다(10-1)는 내용과 식중독 발생 시에 대응하는 매뉴얼(10-2)을 직원들이 정확하게 인식하고 있다는 것에 대한 평가 내용을 포함하고 있다.

## IV. 한국과 일본 식생활교육 주요내용 및 지도

한국과 일본의 국가수준 보육과정 및 보육기관 평가에 나타난 식생활교육 관련 내용의 특성을 이해하고 강조점을 알아보기 위해 세부적인 교육내용, 지도 및 평가를 비교한 결과는 다음과 같다. 한국과 일본의 식생활교육은 공통적으로 음식에 관심 갖기와 감사한 마음 기르기에 대한 내용을 포함하고 있으나, 식생활교육에 대한 접근방식과 식생활교육을 통해서 지향하는 바는 다르게 나타났다. 이 장에서는 연령 간 교육내용이 중복 서술되지 않도록 3-5세 식생활교육을 중심으로 한

국과 일본의 식생활교육의 접근방식 및 주요내용 특성이 어떠한지 알아보려고 한다.

### 1. 식생활교육에 대한 음식의 지식적 접근 및 일상의 체험적 접근

한국의 보육과정은 식생활교육 관련 내용에서 몸에 이로운 영양을 포함하고 있는 음식에 대해서 알아보고 관심을 갖으며, 스스로 선택해서 식단을 계획하고 요리하기도 하며 즐겁게 먹어보기라는 내용을 갖고 있다. 또한, 적절한 양의 음식을 알아보고 남기지 않고 음식을 소중히 여기는 것과 식사예절 지키기, 음식을 준비하는 사람들에 대해서 고마움을 느끼는 내용도 포함되어 있다. 일본의 보육과정 식생활교육 관련 내용은 음식재료의 맛을 생각해 보고 특성을 즐기며 흥미와 관심을 갖고 음식의 순환에 대해 의식하는 것과, 조리과정을 알고 관심 갖기의 내용을 갖고 있다. 그 외에도 음식을 편안하게 먹으며 소중히 하는 마음을 기르고 공복감을 느껴서 자발적으로 먹으려는 마음을 갖는 것, 식사시간을 기다리는 마음을 공유하고 익숙해지면 즐거움을 느끼며 식사하는 것, 음식과 관련된 사람들에게 감사한 마음을 기르는 것을 내용으로 구성하고 있다.

한국의 보육과정은 이러한 식생활 관련 내용을 유아에게 교육하는 과정에서 유아가 먹는 음식 및 남긴 음식에 관한 지식과 정보를 습득하게 함으로써 음식에 대한 관심을 가질 수 있도록 하고 있다(표 9). 즉, 식생활교육을 통해 건강과 영양의 관계를 알고 건강유지에 좋은 음식과 해가 되는 음식이 있음을 이해하고 관심을 가져야 한다고 보았다. 이를 위한 관련활동으로는 연령별로 다음과 같은 예를 들고 있다. 3세는 몸에 좋은 음식을 알려주고 먹어 보게 하는 것, 4세는 우리 몸에 좋은 음식에 대해 알아보고 선택하여 먹어 보는 것, 5세는 음식이 우리 몸에 미치는 영향에 대해 알아보는 한편, 직접 식단을 계획하고 요리하여 먹어보는 것으로 제시한다. 이 밖에도 음식을 왜 골고루 먹어야 하는지 생각해 보고, 여러 가지 식품군에 대해 알아보는 등 다양한 음식의 영양과 관련된 지식에 대해 이야기를 나눔으로써 우리 몸에 필요하고 이로운 음식에 관심을 갖고 선택할 수 있도록 하였다. 또한, 교사용 지침서는 급·간식시간에 음식의 이름, 모양, 맛, 색 혹은 경험에 대한 이야기를 통해 관심을 갖도록 지도하라고 설명하고

표 9. 한국 식생활교육 주요내용 분석

문장단위		응축된 의미 단위	지향점
몸에 좋은 음식과 해가 되는 음식 음식의 영양분 좋은 음식의 섭취 시 몸의 반응 몸에 좋은 음식 음식이 몸에 미치는 영향	알아보고 관심 갖기 관심 갖고 선택하기 알아보고 스스로 선택하기 스스로 선택하기	영양적인 음식	알아보기
			관심을 갖기
다양한 음식	알아보고, 식단을 계획하고, 요리하고, 먹어보기 즐겁게 먹어보기	음식에 관한 지식 을 통해	스스로 선택하기
			식단계획 요리하기
적절한 음식의 양 내가 먹을 만큼의 양 잔반으로 인한 환경문제, 경제적 손실	알아보기 남기지 않는 습관 갖기 이해하고 소중히 여기기	적절한 양의 음식	편식하지 않고 영양적인 음식먹기
			즐겁게 먹기
올바른 식사예절	스스로 지키기	식사예절	알아보기
			남기지 않기
음식을 준비하는 사람들	감사한 마음 가지기	음식을 준비 해주는분들	소중히 여기기
			지키기
			음식을 준비하는 분들께 감사한 마음으로 식사예절을 지켜 먹기

있다. 이를 통해 급·간식 시간에 이야기를 나누는 교사와 유아 혹은 유아 간의 대화는 생활 속 다양한 이야기 소재를 가지고 음식을 통한 관계형성을 지향한다기보다는 음식의 특성에 대한 정보를 나누고 음식에 관심을 갖는 것으로 음식을 지식적 측면에서 접근하고 있음을 알 수 있다.

반면, 일본은 보육소보육지침 전반에서 일상적 체험 활동의 중요성을 강조하는 것을 아래 표 10에서 볼 수 있다. 식생활 관련내용에 대해 보육과정에서 야채 등을 키우면서 지역사람들과 교류하고, 감각적 체험 활동을 하며, 교사와 간단한 요리를 하거나 조리를 도울 수 있도록 하고 있다. 또한 충분한 식사 시간 속에서, 지역사회 및 보호자와 협력하여 음식과 관련된 체험을 하고, 조리사와 함께 먹으며, 몸을 충분히 움직이면서 놀이하여 친구들과 함께 배고픔을 느낄 수 있도록 하고 있다. 이와 같은 일상의 반복적 식사 경험으로, 교사 및 친구들과 대화를 주고받는 관계중심의 체험을 통한 접근을 하고 있음을 볼 수 있다.

**2. 바르게 먹기: 식사예절을 강조한 내용 및 자발성을 강조한 내용**

음식에 대해 소중한 마음을 기르고 음식을 준비하는 분들에게 감사한 마음 가지기는 한국과 일본의 바른 식습관교육의 공통된 내용이었으나 그 외의 바른 식습관의 '바른'의 의미에는 차이가 있었다. 한국의 바른 식습관 기르기는 식생활교육의 행동·기술적인 측면이자 음식을 대하는 태도를 다루고 있다. 즉, 한국의 바른 식습관 기르기는 식사하는 자세와 태도 등 식사 예절을 알고 지키는 것이다. 반면에 일본의 바른 식습관은 유아 스스로 자발적으로 먹고 싶어 먹는 것을 의미하고 있다.

한국의 보육과정에서 제시하고 있는 바른 식습관 기르기와 관련된 내용은 식사예절을 지켜 예의 바르게 먹는 것이다. 해설서, 지침서, 통합지표는 표 11과 같이 유아들이 지켜야 할 식사예절로 손으로 먹는 것이 아닌 숟가락, 젓가락 등 식사 도구의 사용법을 알고 바르게 사용하기, 식사 중에 돌아다니지 않기, 그리고 음식을 넣은 채 말하지 않기, 조용한 목소리로 이야기하기, 입



표 10. 일본 식생활교육 주요내용 분석

문장단위	응축된 의미단위	지향점
아채 등을 키우면서 평소에 좋아하지 않았던 음식 친밀감을 느끼고 맛을 생각해보기	음식의 재료	맛을 생각하기
농가 등 지역사람들과 교류하고 만들어준 음식 재료들의 이름, 맛, 색, 모양		특성을 즐기고 흥미와 관심을 갖기
즐거워하고 흥미와 관심을 갖기		음식 재료의 특성을 흥미와 관심을 가지기
감각적 체험활동을 하고 재료와 음식의 순환 및 환경	조리 과정	순환 의식하기
요리와 조리법을 돕고 요리실에서 조리모습		알기
알기		음식재료가 조리되는 과정에 관심을 갖고 알기
교사와 간단한 요리를 하거나 도우면서 음식 관심 갖기	음식	편안하게 먹기
따뜻하게 반응하는 교사와 함께 음식 편안하게 먹기		소중히 하는 마음 기르기
편안하게 먹기		다양한 사람과 함께 음식을 먹는 것에 편안하고 감사함을 느끼기
충분한 식사 시간 속에서 음식 정서적 안정감을 갖으며 먹기	공복감	느끼고 자발적으로 먹으려는 마음 기르기
지역사회 및 보호자와 협력하여 음식과 관련된 체험을 하고 음식 소중히 하는 마음 기르기		기다리는 마음 공유하기
소중히 하는 마음 기르기		식사시간이 주는 즐거움에 익숙해지기
조리사와 함께 먹으며 음식 감사한 마음과 소중함을 느끼기	식사 시간	즐거움을 느끼기
몸을 충분히 움직이면서 놀이하고 공복감 느끼고, 자발적으로 먹으려고 하는 마음 기르기		익숙해지기
익숙해지기		즐거움에 익숙해지기
친구들과 함께 배고픔을 느끼고 점심시간 기다리는 마음을 공유하기	가정 및 지역사회	음식을 준비해 주는 지역과 보호자에게 감사한 마음을 가지기
반복적 식사경험으로 식사 익숙해지기		감사한 마음 기르기
교사와 친구들과 대화주고 받으며 함께 먹는 분위기 익숙해지면서 식사시간 즐거움을 느끼기		
지역사회 및 보호자의 협력으로 음식 된 체험하고 음식을 준비해주는 사람들 감사한 마음 기르기		

일상적  
체험 활동을  
통해

즐겁게  
먹기

술을 붙이고 소리 나지 않게 씹기 등과 같이 말과 씹는 소리를 줄이고 조용한 식사 분위기를 유지하는 구체적인 식사 예절을 제시하였다. 이와 더불어 감사한 마음을 갖고 음식을 먹는 것도 바른 식습관 중의 하나로 4, 5세의 경우 음식을 준비한 사람들에게 대해서 감사한 마음을 가지고, 예의 바르게 식사하도록 하는 활동을 제시하였다. 이에 따른 교사의 지도방안은 유아들과 함께 식사를 하면서 바른 식사방법 및 태도의 모델링을 보여

주고, 유아들이 식사예절을 지킬 수 있도록 긍정적으로 격려하도록 하였다. 이와 같은 부분은 통합평가지표에서도 반영되어, 현장평가자는 바람직한 식사예절을 지키며 먹는 것을 지도하는 과정에서 격려와 칭찬 등 긍정적인 방법을 지속적으로 강화하는지를 평가한다.

일본은 스스로 먹으려고 하는 것 즉, 자신의 의지에 의해서 먹는 것을 바르게 먹는 것으로 상정하고 있었다. 이를 위한 교사 지도방안으로 유아가 스스로 인식

표 11. 식생활교육관련 지도방안

한국		일본	
바르게 먹기 내용	범주	바르게 먹기 내용	범주
식사예절(도구 바르게 사용하기, 돌아다니지 않기, 조용한 소리로 이야기하기, 음식을 입에 넣고 말하지 않기)을 알려주고, 유아들이 지킬 수 있도록 격려하기	긍정적 격려	식사와 관련하여 스스로 주변을 깨끗하게 하는 것의 필요성을 깨닫도록 지원하기 스스로 먹을 수 있도록 환경조성하기	환경 조성
어린 연령의 경우에는 식사 도구에 관심을 갖도록 다양하게 준비해주고, 젓가락 사용을 시도해 보도록 격려하기		식욕이 생길 수 있는 보육활동(실외 놀이, 신체활동 등)을 균형 있게 고려하기 매일 반복할 수 있는 기회제공하기	계획 수립
교사가 바른 식사방법 및 태도의 모델링보이기	모델링	가정과의 연계를 통해 필요한 정보를 얻고 적절하게 대응하기	가정 연계
만 5세에게는 젓가락을 바르게 사용할 수 있도록 지도하기			
즐겁게 식사하기 내용	범주	즐겁게 식사하기 내용	범주
유아의 특성을 고려하여 양을 조절해주어, 식사 시간을 즐겁게 느낄 수 있도록 하기	개인차 고려	유아의 상태에 따라 섭취방법을 고려하여 먹는 것을 즐길 수 있도록 하기 편식 상황을 수시로 파악하고 음식의 질 개선	개인차 고려
교사는 점심시간에 연령 및 개인차를 고려한 적정 급식량을 배식	분위기 조성	책상을 식탁처럼 꾸며서 유아가 즐겁게 먹을 수 있는 분위기 만들기	분위기 조성
가정과 같은 환경(테이블보, 음악)으로 준비해서 편안한 분위기 조성하기		채광, 테이블, 의자, 식기, 숟가락과 젓가락 등의 환경 구성을 고려	관
유아가 거부하는 식품의 조리 방법을 변화를 주어 제공하고 격려하기	권유 하기	배가고픈 친구들과 함께 점심시간을 기다리는 마음을 공유할 수 있도록 하는 것을 통해서 감정의 상호작용 경험을 제공	관계 형성
		보육과정에서 음식에 대한 경험을 친구, 교사, 조리사, 영양사, 학부모, 지역사회 등 다양한 사람과 관계를 통해서 실시할 수 있도록 고안	고려
		식품 알레르기를 갖고 있는 유아도 다른 유아들과 함께 같은 음식을 먹는 활동을 통해 음식에 주의해야 하는 사항을 알 수 있도록 하며, 함께하는 활동이 즐겁다고 느낄 수 있도록 고안	이벤트
		식사 외에도 생일파티 축하와 계절행사에 어울리는 음식을 먹을 수 있도록 제공하기	시간 계획
		여유 있는 식사 시간 확보	

할 수 있도록 지원하고 환경을 조성해야하며, 스스로 배고픔을 느끼고 먹으려고 할 수 있도록 식사 전 충분한 동적인 놀이 활동을 할 수 있는 시간과 공간을 마련하도록 계획하고 있다. 이러한 자발성을 강조한 접근은 일본의 교육 전반에서 강조하고 있는 유아의 자립과 맥을 같이하며, 식사를 통해서도 유아가 자립을 키울 수 있도록 하였다. 음식을 대하는 태도에 있어서는 지역과 보호자의 협력을 통해 다양한 체험을 할 수 있도록 친밀한 관계를 형성하고, 일련의 체험활동으로 이들의 노고를 관찰함으로써 감사한 마음을 갖게 되어 음식을 소중히 여기게 됨으로 바른 식사 습관을 형성할 수 있다

고 보았다.

### 3. 즐겁게 식사하기: 개인차 고려한 방안과 관계형성을 고려한 방안

최근 유아가 보육기관에 머무르는 시간이 증가함에 따라 보육기관에서 유아들이 음식물의 섭취 자체를 즐기고 식사시간에 부담감을 느끼지 않는 것은 중요한 부분으로 인식되고 있다. 이러한 즐겁고 편안하게 식사하기는 한국과 일본의 공통적인 식생활 교육의 정서적 측면의 내용으로 한국은 유아 개개인이 부담 없이 먹을

수 있는 개인차가 반영될 때, 일본은 다른 사람들과 함께 먹는 것에 편안함과 즐거움을 느낄 때 즐거운 식사가 될 수 있다고 보았다.

한국의 경우, 유아가 특정음식에 대한 선호를 갖지 않도록 다양한 음식을 즐겁게 먹어볼 수 있는 기회를 식생활교육의 내용으로 제시하며, 교사는 유아가 식사 시간의 즐거움을 느끼기 위해 유아가 식사의 양에 부담을 느끼지 않도록 교사가 양을 조절해주어야 한다고 하였다. 양 조절과 함께, 교사는 테이블보를 준비하고, 음악을 틀어주어 편안한 분위기에서 유아가 식사할 수 있도록 분위기를 조성할 것과 관련된 지침을 마련하였다. 이와 같은 맥락에서 통합평가지표는 ‘즐겁고 편안한 분위기에서 식사하기’와 관련하여 개별 영유아의 연령, 발달수준, 개인수준을 고려하여 식사지도를 하고, 서두르지 않고 편안하게 즐거운 식사 분위기를 조성하고 있는지를 평정하고 있었다. 이와 더불어, 교사가 급식시간에 정한 규칙과 시간을 엄격하게 지도하지 않아 교사-유아 간 대화나 친구 간의 상호작용을 제한하지 말아야 함을 제시하고 있다. 즉, 누리과정에서 유아의 즐겁게 식사하기는 유아가 성취해야 할 과업을 제시한다기 보다는 유아의 개별적인 특성을 파악한 교사가 양을 조절해주고, 테이블보와 음악으로 분위기를 조성하는 교사의 책임과 역할이 중요하게 설명되고 있으며, 나아가 평가지표에서는 식사시간의 대화와 사회적 상호작용이 필요함을 시사하고 있다.

일본은 식생활교육과 관련하여 보육과정에서 즐겁게 식사하기를 중요하게 다루고 있으며 유아의 상태를 고려하여 식사를 제공하고, 편식 상황을 파악하는 등 개인차를 고려하는 부분도 즐거운 식사를 위해 필요하다고 보고 있지만, 그 외에도 유아가 교사 및 친구, 조리사, 지역사회 사람들 등의 다양한 관계형성을 통해 식사를 즐길 수 있도록 하는 부분을 강조하고 있다. 이와 같은 맥락에서 교사 및 친구들과 먹는 것의 반복을 통해 함께 먹는 것이 익숙해지면 식사를 즐길 수 있게 된다고 보았다. 또한, 점심시간을 기다리는 마음을 친구들과 공유하기도 하고, 충분한 신체활동을 통해 공복감을 느껴 먹고 싶어서 스스로 먹을 때, 즐겁고 맛있게 먹을 수 있다고 보았다. 즉, 자신에게 따뜻하게 반응해주는 교사와 함께 먹으면서 식사를 편안하게 느끼게 되고, 교사 및 친구들과 대화를 주고받으면서 먹는 것이 일상화되어 즐거운 식사시간이 된다고 보았다. 이를 위

해 교사는 느긋하고 여유로운 식사시간이 되도록 충분한 식사 시간을 확보하고 채광, 테이블, 의자, 식기 등에서 안정적이고 부드러운 분위기를 조성하도록 하였으며 개인차나 식욕에 따른 양 조절, 편식을 고치려고 꾸중하지 않기, 식사의 장소를 실외에서 먹는다든지 즐겁게 먹기를 위한 궁리, 잔반조사나 식단의 조리방법에 대한 연구, 발육상황이나 건강상태를 고려한 요리법 등의 다각적인 노력을 기울이고 있다. 이러한 부분은 일본의 제삼자평가의 평가지표에도 보여진다. 앞에 제시한 표 8과 같이 식사를 즐겁게 할 수 있는 9가지 판단 기준을 구체적으로 제시하고 있으며 유아의 식사 상황에 대해서도 7개의 판단기준을 가지고 있다. 이처럼 일본은 국가수준보육과정 및 평가에서 즐겁게 식사하기를 위한 체계적이고 종합적인 지도방법을 심도 있게 궁리하여 제공하고 있었다.

## V. 논의 및 결론

본 연구는 한국과 일본 식생활교육 비교를 통해 보육기관 식생활교육의 방향과 내용 및 지도방안의 다각화를 모색하고자 하였다. 이를 위해, 한국과 일본 국가수준 보육과정 및 평가지표의 식생활교육 기본방향 및 내용구성 체계를 알아본 후, 식생활교육 내용을 분석하여 각국의 접근방식 및 특성을 살펴보았다. 연구결과를 중심으로 논의하면 다음과 같다.

첫째, 한국 표준보육과정과 누리과정은 건강하게 생활하기라는 공통내용범주 안에 식생활교육 내용을 가지고 있었다. 연령별 내용을 살펴보면, 0-1세 보육과정은 ‘즐겁게 먹기,’ 2세 보육과정과 3-5세 누리과정은 ‘바르게 먹기’로 구성되어 있었다. 즉, 0-1세 ‘즐겁게 먹기’가 2세부터는 ‘바르게 먹기’에 대한 내용으로 변화되면서 한국 국가수준 보육과정은 ‘즐겁게 먹기’보다는 ‘바르게 먹기’ 비중이 높아 강조되고 있음을 알 수 있었다. 또한, 어린이집 통합평가지표는 식생활교육 관련 내용이 보육과정 및 상호작용영역에서 두 번째 항목의 세부적 기준으로만 제시되어 식생활교육의 중요성이 표면적으로 드러나지 않았다. 이는 통합평가지표에서 보육과정 및 상호작용영역이 차지하는 평가항목수가 31개임을 고려했을 때, 식생활교육과 관련된 내용이 차지하는 비율이 매우 낮음을 보여준다. 통합평가지표의 건

강·안전 평가영역에서도 급·간식 평가지표가 따로 마련되어 있지만, 이는 급식의 영양 및 청결한 조리에 관한 내용으로 구성되어 식생활교육과 직접적인 관련성은 낮았다. 이러한 평가인증통합지표의 구성 체계는 지난 2차 평가인증 지표에서 즐거운 식사와 수유가 독립적 항목으로 있던 것과 비교해보면, 즐겁게 먹을 수 있는 분위기의 중요성이 통합평가지표에서 약화되었다고 볼 수 있다.

반면, 일본 보육소보육지침은 전 연령에서 즐겁게 먹는 것을 다루고 있었다. 즉, 수유아, 1-3세, 3세 이상 보육과정에서 '즐겁게 먹기'와 관련된 내용을 담고 있어, 보육기관의 식생활교육에서 즐겁게 먹는 것이 중요한 비중을 차지하고 있었다. 이와 더불어 제삼자평가에서도 어린이발달지원영역에서 독립된 평가지표로서 어린이들이 식사를 즐겁게 할 수 있도록 방안을 강구하고 있는지의 여부를 9개의 판단기준으로 면밀히 평가하고 있었다. 이와 같이 일본은 국가수준보육과정 및 평가지표에서 즐겁게 먹기의 내용비중이 높을 뿐만 아니라 일관적으로 평가하고 있었으며, 즐겁게 먹기를 위한 체계적이고 종합적인 지도방법을 국가수준에서 심도 있게 궁리하여 제공하고 있었다.

일본 보육과정 및 평가지표에서 영유아기 식생활교육의 내용비중이 높고 중요하게 고려되는 점은 보육사 양성과정 중에도 건강 및 식생활지도를 필수적으로 하는 점에서 드러난다(신동주, 염지숙, 장혜진, 2018). 예를 들면, 일본의 일부 현에서는 보육사 시험에 합격하면 보육사 자격이 부여되는데 아동건강, 아동식생활 및 영양이 필수 시험과목으로 이 과목들을 모두 합격한 경우에만 실기시험에 응시할 수 있도록 되어 있다. 이는 한국의 보육교사 양성과정에서 아동건강교육과 건강지도가 선택과목이며(신혜원, 김의향, 2015), 식생활교육이 건강과목의 일부로 포함되어 있는 것과 대비된다. 즉, 한국과 일본은 영유아기 식생활교육의 중요성을 공통적으로 강조하고 있으나, 일본의 경우 실제적으로 이를 위한 다각적인 노력을 하고 있고, 평가항목에서 그러한 노력이 쉽게 드러나는 반면, 한국의 식생활교육은 보육과정 내용 및 평가항목에서 쉽게 파악되지 않아 식생활교육의 구성 체계의 검토와 지속적인 연구가 필요함을 시사하고 있다.

둘째, 한국과 일본 식생활교육관련 보육과정 내용을 분석한 결과, 식생활교육을 위해 한국은 지식중심 접근

을, 일본은 체험적 접근을 하고 있었다. 즉, 한국은 영양에 대한 지식, 음식과 건강의 관계, 잔반으로 인한 환경 문제 등 유아가 음식과 관련된 지식과 정보를 습득하는 것에 주안점을 가지고 식생활교육을 접근하였다. 일본은 채소 키우기, 함께 요리하기 및 도와주기, 조리실에서 조리장면 관찰하고 대화하기 등 모든 식생활교육이 일상적으로 영유아가 직접 경험하고 체험하여 이루어질 수 있도록 하였다. 이것은 한국이 유아가 식단을 직접 계획하여 요리하여 먹어보기와 같이 일상적으로 반복 진행하기에 현실적으로 어려움이 있는 활동을 제시하는 것과는 차이가 있다.

이러한 차이점은 일본 보육과정이 식생활교육의 책임을 지역사회 및 다양한 인적 자원과의 연계를 통해 협력하여 이루어지도록 하는 점에서 찾을 수 있다. 일본 제삼자평가의 평가지표 기준에서 보듯이, 영양사와 조리사가 아이들과 이야기를 나누고 식사를 함께 하기도 하며 아이들이 조리하는 장면을 관찰할 수 있도록 배려하는 등 교사와 영양사, 조리사가 식생활교육에 대한 책임을 공유하고 협력하고 있기 때문이다. 또한, 일본은 어린이들이 지역사회와 교류하여 긴밀한 관계를 형성하고 지역사회 사람들이 만들어준 음식 재료의 맛, 색, 모양, 크기 등을 관심을 갖고 즐길 수 있는 기회를 제공하도록 하였다. 이와 더불어 알레르기가 있는 유아들이 음식에 관심을 가질 수 있도록 보호자 및 전문의와 협력하는 등 일상의 경험을 위한 여러 사람과의 협력을 위한 구체적인 내용을 제시하고 있다. 즉, 유아의 식생활교육의 책임과 역할을 다양한 구성원들이 함께 나눌 것을 권고함으로써 식생활교육의 책임이 교사에게 편중되어 있는 한국 유아교육현장에 시사하는 바가 크다.

선행 연구에 따르면, 한국보육교사들은 보조 인력이나 전문가의 도움을 받기 힘든 상황에서 다양한 역할을 동시에 수행해야 하는 어려움에 처해 있는 것으로 나타났다(문정옥, 서영숙, 2008; 양승희 외, 2014; 조미숙, 전홍주, 2016). 또한 유아교사들은 식생활교육에 관한 지식 및 지도방법에 대한 정보부족으로 유아식생활 교육의 방향 및 목표설정에서 어려움이 있었으며, 이에 대한 연수를 원하고 있었다(장주연, 2011). 식생활교육지도를 주로 담임교사만이 수행해야 하는 우리나라의 현실에서는 유아들의



적극적인 참여를 보장하는 체험적 접근의 제공이 어렵고 교사주도의 음식정보 및 지식제공 활동에 머무를 수밖에 없다. 영유아는 스스로 체험을 통해 보다 의미 있게 배운다. 그러므로 학부모, 조리사, 영양사, 지역사회와 활발히 협력하고 교류하여, 식생활교육과 관련한 다양한 차원의 체험활동을 보다 적극적으로 제시할 필요가 있다.

셋째, 한국과 일본의 바른 식습관의 '바른'에 대한 의미가 서로 다른 것으로 나타났다. 한국의 바른 식습관은 식사예절을 지켜 먹는 것으로 누리과정 지침서 및 해설서는 구체적인 식사예절의 예로서 도구를 바르게 사용하기, 음식 꼭꼭 씹어 먹기, 돌아다니지 않는 것 등을 제시하였다. 물론, 이러한 식습관 및 식사예절이 성인이 되어서도 영향을 미치기 때문에 유아들이 배우고 익혀야 할 교육내용이지만, 2세 보육내용처럼 정해진 자리에 앉아서 먹도록 하고, 3-5세 누리과정에서 제시된 입술을 붙이고 소리 나지 않게 씹기를 지도하도록 하는 등 교사가 바르게 먹기를 위하여 유아의 식사예절을 관리 감독하는 방법보다는, 유아 스스로 식사예절을 인식하고 실천해 볼 수 있는 환경조성 방안의 모색이 필요하다. 보건복지부와 중앙아동보호기관(2014)에 따르면, 실제 식사지도 시 아동학대의 비율이 높게 나타나므로 주의를 요하고 있다. 이는 교사가 식사시간에 예의 있는 태도로 식사를 바르게 하는지 감독자의 역할을 하기 보다는 유아들이 공복감을 느끼고 자발적으로 먹을 수 있는 환경을 조성해야 함을 시사한다.

일본의 경우, 앞서 살펴본 바와 같이 자발적으로 먹는 것을 바르다고 보고 교사가 이를 위한 여러 가지 계획 및 방안을 마련하도록 제시하였다(厚生省, 2018). 유아기에는 먹는 기쁨과 즐거움, 음식에 대한 흥미와 관심, 공복감을 가질 수 있도록 하는 동적활동 등을 통해 자발적으로 먹으려고 하는 마음을 기르도록 하는 것이 중요하다고 보고 있었다(内閣府, 2005). 한국의 경우도 자발적으로 먹는 것에 대한 지도를 하고 있지만, 즐거운 과학적 활동을 통해 스스로 영양지식을 구성하기(장숙현, 김지현, 2017)처럼 자발성에 대한 이해에는 차이가 있었으며, 영유아의 바르게 먹는 태도 형성을 위한 교사의 영양지식 증진의 중요성을 설명하였다(하지영, 김양은, 2014). 이러한 점은 우리나라 교사들이 보육에 관한 전문가로서 식생활교육과 관련하여 어떠한 점을 더욱 연구하고 고민해야 하는지를 시사한다.

마지막으로 한국과 일본은 보육과정에서 즐겁게 식사하기를 위해 유아의 개별적 상황에 따른 계획 수립을 중요시하고 있었다. 나아가 일본은 매일의 식사 제공에 있어서 유아가 먹는 것을 즐길 수 있도록, 교사 및 친구들과 대화를 하며 함께 먹는 즐거움을 강조하고 있으며, 안정적인 환경을 갖추고 식사를 할 수 있는 부드러운 분위기를 만드는 것도 중요하다고 하였다. 뿐만 아니라 여유 있는 식사시간을 마련하여 서두르지 않도록 하고, 식사 전 유아가 충분한 신체활동을 통해 배고픔을 느껴 식사를 기다리고 즐겁게 먹도록 하였다. 한편, 한국 보육기관의 점심시간은 식사를 준비하는 과정, 식사 후 정리, 양치지도 및 낮잠 준비 등으로 교사의 업무와 책임이 과중(강경희, 전홍주, 2014)하여 즐거운 식사를 지원하기에 어려움이 있었다. 따라서 여유로운 식사가 될 수 있도록 하루 일과를 조정할 수 있는 융통성과 인적자원의 지원을 위한 조치가 마련되어야 한다. 이를 위해 식생활교육 지도개선이 교사 개인의 문제가 아니라 보육기관의 구조개선 및 관련정책미비와 같은 국가적 책임과 맞물려 있음을 인식할 필요가 있다(손홍숙, 2015).

우리나라 식생활교육관련 법령은 올바른 식품의 선택과 식사예절을 강조하고, 특히, 어린이집의 식사는 단체 급식에 따른 위생 및 영양 측면을 매우 중요하게 관리하고 있다. 반면 일본의 식육추진기본법은 식생활교육의 효과적인 추진을 위해 국가 및 다양한 지역사회 주체와의 협력을 강조하면서 식생활 개선 및 국민건강 증진을 위해 식생활교육정책 및 사업을 적극적으로 진행하고 있다(탁명구, 이지은, 2015). 특히, 일본은 취학 전 영유아를 위한 식에 관한 지침서를 이용하여 식육을 추진하고 있다(總務省, 2013). 보육원은 보육소보육지침, 유치원은 유치원교육요령에서 식육을 추진하고 있으며, 유보연대인정어린이원지침은 3차 식육기본계획서에서 추가되어 보육을 기초로 식육을 추진하고 역할을 수행하도록 하였다(임연정, 2017). 우리나라도 식생활교육법에서 취학 전 어린이와 보육기관을 포함시키는 한편, 유아교육기관에서부터 고등학교까지 단계별로 교육내용을 세분화하여 영유아에게 적합한 식생활지도방안의 도입을 고려할 필요가 있다.

본 연구의 논의 및 결론을 기초로 후속 연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다. 본 연구는 우리나라 표준보육과정 및 누리과정과 최근 개정되어 시행되고 있는 보

육소보육지침(厚生省, 2018) 비교를 통해 보육기관 영유아를 위한 식생활교육내용을 분석하여 접근 방향을 다각화할 수 있는 기초자료를 제공하였다는 데 의의가 있다. 이와 더불어 평가인증지표와 제삼자지표를 포함, 목표→교육내용→평가의 일련과정을 함께 살펴보았다는 점도 주목할 만하다. 그러나 교사들은 교육과정이나 의무화된 법령 혹은 학교에서 배운 교과서적 지식을 그대로 실행한다기보다는 내재된 문화적 논리에 근거한 실천적 행위를 한다(Tobin, 2011). 따라서 실제 교육현장에서 실행되는 교육과정과는 차이가 있을 수 있다(오연주, 2007). 이러한 점에서 한국과 일본 교사들의 실제에 대한 비교연구가 필요하고 후속 연구에서는 국가 수준 보육과정 및 평가지표에 대해 현장의 교사들이 어떻게 이해하고, 적용 및 활용하고 있는지 식생활교육과 관련된 교사의 인식 및 실제에 관한 질문지 연구와 현장관찰 연구가 이루어진다면 영유아를 위한 식생활교육의 의미에 대한 이해를 넓히는데 기여할 수 있을 것이다.

## 참고문헌

- 강경희, 전홍주(2012). 어린이집 교사의 식사지도방법과 지도 과정에서의 어려움. **유아교육학논집**, 16(1), 275-303.
- 강현구, 이순형(2014). 한국과 일본 영유아 보육제도 비교 연구. **아시아리뷰**, 4(1), 139-167.
- 고미경(2007). 한국과 일본 유치원교사의 유아행동지도 방법과 의미. **일본교육학연구**, 12(1), 169-181.
- 교육과학기술부·보건복지부(2013). **3-5세 연령별 누리과정 교사용 지침서**. 서울: 교육과학기술부·보건복지부.
- 교육과학기술부·보건복지부(2013). **누리과정 연령별 해설서**. 서울: 교육과학기술부·보건복지부.
- 김은설, 유해미, 최은영, 최효미, 배운진, 양미선, 김정민(2016). **2015년 전국보육실태조사: 가구조사보고**. 세종: 보건복지부.
- 김태연, 정현심(2015). 영유아 기본생활습관 관련 연구 동향. **한국보육학회지**, 15(2), 109-128.
- 문정옥, 서영숙(2008). 어린이집 점심시간의 의미와 운영에 관한 연구. **한국보육지원학회지**, 4(1), 51-66.
- 박향아, 제경숙(2007). 유아교사와 학부모와의 관한 한일 비교연구. **교육이론과 실천**, 12(3), 67-81.
- 법제처(n.d.). 식생활교육지원법. <http://www.law.go.kr/법령/식생활교육지원법에서> 2018년 7월 2일 인출
- 법제처(n.d.). 어린이식생활안전관리특별법. <http://www.law.go.kr/법령/어린이식생활안전관리특별법에서> 2018년 7월 2일 인출
- 법제처(n.d.). 영유아보육법. <http://www.law.go.kr/법령/영유아보육법에서> 2018년 7월 2일 인출
- 법제처(n.d.). 유아교육법. <http://www.law.go.kr/법령/유아교육법에서> 2018년 7월 2일 인출
- 보건복지부, 중앙아동보호전문기관(2014). **돌봄시설 아동학대 예방을 위한 사례집**. 서울: 중앙아동보호 전문 기관.
- 보건복지부, 질병관리본부(2015). 2014 국민건강통계: 국민 건강영양조사 제6기 2차년도 결과보고서. <https://knhanes.cdc.go.kr>에서 2018년 7월 3일 인출
- 보건복지부, 한국보육진흥원(2018). **2018년 제 3차 어린이집 평가인증 안내**. 서울: 한국보육진흥원.
- 손유진, 전문숙(2016). 일본의 한국의 유치원, 어린이집 교사 양성체제 분석. **일본근대학연구**, 54, 509-522.
- 손행미(2017). 질적내용분석의 이해와 적용. **대한질적연구학회지**, 2, 56-63.
- 손홍숙(2015). 보육정책과 보육교사의 전문성: 비판적 담론 분석. **한국보육학회지**, 15(2), 65-84.
- 신동주, 염지숙, 장혜진(2018). 각 국의 유치원, 어린이집 교사 자질 향상 및 전문성 제고 방안. [http://www.prism.go.kr/homepage/origin/retrieveOriginDetail.do?research\\_id=1092000-201800003](http://www.prism.go.kr/homepage/origin/retrieveOriginDetail.do?research_id=1092000-201800003)에서 2018년 7월 25일 인출
- 신혜원, 김의향(2015). 2급예비교사의 전문성향상을 위한 보육필수영역 교과목 운영의 방향성 모색. **한국보육학회지**, 15(2), 65-84.
- 양승희, 조현정, 유지연(2014). 영아 식사지도에 대한 어린이집 교사의 자율장학 인식 변화 분석. **한국보육학회지**, 14(1), 91-112.
- 여운재, 권수연(2015). 어린이집 급식시간 중 영유아의 식사 행동 실태 및 보육교사의 식사지도방법. **식품과 건강**, 43(1), 71-80.
- 오연주(2007). 한국의 표준보육과정과 일본의 보육 지침에서 건강영역에 비교분석. **열린유아교육연구**, 12(5), 479-503.
- 유계숙, 양수진, 조선아(2016). 어린이집 아동학대에 대한 어머니와 보육교사의 원인 인식 및 대책 요구도. **육아정책연구**, 10(1), 241-268.
- 유영규(2017. 12. 18). '원생 강제 식사학대' 어린이집원장 모녀경찰입건. [http://news.sbs.co.kr/news/endPage.do?news\\_id=N1004535087&plink=ORI&cooper=NAVER](http://news.sbs.co.kr/news/endPage.do?news_id=N1004535087&plink=ORI&cooper=NAVER)에서 2018년 7월 23일 인출
- 유해미, 유희정, 장경희(2011). **일본의 보육정책 동향 2**. 서울: 육아정책연구소.

- 이순자, 이금란, 김세곤(2007). 보육시설 평가인증시스템 항목에 관한 한일간 비교. **한국일본교육학회**, 12(1), 35-55.
- 이유미, 김성숙(2014). 한국과 일본 예비교사의 교사 자질 인식과 행복감의 관계. **유아교육연구**, 34(6), 129-148.
- 이재연, 김성훈(2018. 5. 8). 식습관훈육 강제로 먹이면 무죄 때리면 유죄. 국민일보. <http://news.kmib.co.kr/article/view.asp?arcid=0923945416&code=11131100&cp=nv>에서 2018년 7월 23일 인출
- 이하정(2010). 일본 보육기관에서의 식생활 교육. **열린유아교육연구**, 15(6), 295-317.
- 임연정(2017). 일본 식생활교육정책의 현황분석. 충북대학교 대학원 석사학위논문.
- 장숙현, 김지현(2017). 순환학습모델에 기반한 유아 식생활 프로그램이 영양지식, 식행동, 과학과정 기술, 과학적 태도에 미치는 효과. **한국보육학회지**, 17(4), 91-119.
- 장주연(2011). 식생활교육에 대한 보육교사와 유치원 교사의 인식도 및 요구도. 경희대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 정은미(2006). 일본, 식육기본법 개요. **세계농업**, 70, 56-60.
- 조미숙, 전홍주(2016). 만 1세 영아반 교사의 정서적 노동에 대한 경험탐색. **한국보육학회지**, 16(4), 23-50.
- 조용환(1990). 외국교과서 한국관련 내용연구의 이론적 배경 및 방법론에 대한 검토. **교육개발**, 12(5), 20-35.
- 조채영, 김은주, 임재택(2007). 생태유아교육기관에서의 유아 식생활에 관한 문화기술적 연구. **열린유아교육연구**, 12(3), 125-150.
- 탁명구, 이지은(2015). 주요 선진국의 식생활교육 현황과 시사점. **세계농업**, 179, 3-33.
- 하지영, 김양은(2014). 보육교사의 영양지식, 급식태도와 급식지도 행동과의 관계: 급식태도의 매개효과를 중심으로. **한국보육학회지**, 14(4), 71-85.
- 한유미, 이영환, 이진숙, 오연주, 권정윤, 안경은, 박은숙(2004). 스웨덴과 한국 유아교육기관 교사의 급식지도. **대한지역사회영양학회지**, 9(6), 706-715.
- 厚生省(2018). 保育所保育指針解説. <http://www.soumu.go.jp> 2018년6월10日に印出
- 總務省(2013). 食育基本法. <http://www.mhal.go.jp> 2018년6월10日に印出
- 內閣府(2005). 食育基本法. <http://www.cao.go.jp> 2018년6월10日に印出
- 島根県(2013). 日本保育所第3者評価内容評価基準. [http://www.pref.shimane.lg.jp/medical/fukushi/chiiki/service\\_hyouka/hyoukakijun.data/naiyouhyouka-hoikusyo.pdf](http://www.pref.shimane.lg.jp/medical/fukushi/chiiki/service_hyouka/hyoukakijun.data/naiyouhyouka-hoikusyo.pdf) 2018년6월8日に印出
- 全國社會福祉協議會(2007). 三者評価共通評価基準ガイドライン. [http://www.shakyo-hyouka.net/guideline/bs280301\\_1all.pdf](http://www.shakyo-hyouka.net/guideline/bs280301_1all.pdf) 2018년6월8日に印出
- Ainuki, T., Akamatsu, R., Hayashi, F., & Takemi, Y. (2013). Association of enjoyable childhood mealtimes with adult eating behaviors and subjective diet-related quality of life. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 45(3), 274-278.
- Berg-Schlosser, D. (2001). Comparative studies: method and design. In N. J. Smelser & P. B. Baltes(Eds). *International Encyclopedia of the Social and Behavioural Sciences* (pp. 2427-2433). Amsterdam: Elsevier.
- Marty, L., Chambaron, S., Nicklaus, S., & Monnery-Patris, S. (2018). Learned pleasure from eating: An opportunity to promote healthy eating in children. *Appetite*, 120, 265-274.
- Melby, M. K., & Takeda, W. (2014). Lifestyle constraints, not inadequate nutrition education, cause gap between breakfast ideals and realities among Japanese in Tokyo. *Appetite*, 71, 37-49.
- Metcalf, J. J., Fiese, B. H., & The strong kids 1 research team (2018). Family food involvement is related to healthier dietary intake in preschool-aged children. *Appetite*, 126, 195-200.
- Mita, S., Gray, S., & Goodell, S. (2015). An explanatory framework of teachers' perceptions of positive mealtime environment in a preschool setting. *Appetite*, 90, 37-44.
- Rozin, P., Fischler, C., Imada, S., Sarubin, A., & Wrzesniewski, A. (1999). Attitude to food and the role of food in life in the U. S. A., Japan, Flemish Belgium and France: Possible implication for the diet-health debate. *Appetite*, 33, 163-180.
- Tobin, J. J. (2011). Implicit cultural beliefs and practices in approaches to early childhood education and care. *Asia-Pacific Journal of Research*, 5(1), 3-22.

## A South Korea–Japan Comparative Study on the Contents of Dietary Education in the National Child–care Curriculums and Evaluations

Hyun Sun Suh

Doctoral Student, Dept. of Early Childhood Education, Sungshin Women's University

Hong Ju Jun

Associate Professor, Dept. of Early Childhood Education, Sungshin Women's University

Sun Hye Min

Doctoral Student, Dept. of Early Childhood Education, Sungshin Women's University

### Abstract

**Objective:** The purpose of this study was to understand the characteristics of dietary education in South Korea and Japan, and find directions for dietary education by comparing the contents of the two countries' dietary education in their national child-care curriculums and evaluations.

**Methods:** To this end, a qualitative content analysis was conducted on the guidebooks for the Standard Child-care Curriculum and the Accreditation Index for Child-care Center in the case of South Korea, and the handbook for the Child-care Guideline and the Third Party Evaluation in the case of Japan.

**Results:** The findings of this study were as follows: First, South Korea showed differences in the focus of child-care curriculums and evaluations. The contents about proper eating such as nutrition and table manners comprised a high portion of the curriculums, whereas the contents about cleanness and hygiene accounted for a high portion of the evaluations. In the case of Japan, its national child-care curriculums and evaluations consistently emphasized contents related to enjoying eating oneself, and suggested various methods for this. Second, in terms of the two countries' approaches to dietary education, South Korea focused on food-related knowledge, whereas Japan mainly created the contents of dietary education based on daily experiences.

**Conclusion/Implications:** The above results suggest a direction to improve the currently publicized dietary guidance problem and a need for consistent the national child care curriculum and evaluation indicators in South Korea to emphasize the importance of joyful eating.

Received July 29, 2018

Revision received August 23, 2018

Accepted September 6, 2018