



북한이탈청소년들의 남한 식생활 경험에 대한 질적 연구

이지은 · 엄미향 · 계승희*
가천대학교 교육대학원 영양교육

Qualitative Study on Dietary Experience in South Korea for North Korean Defector Adolescents

Jieun Lee, Mihyang Um, Seunghee Kye*

Nutrition Education Major, Graduate School of Education, Gachon University

Abstract

This study examined the background of the dietary life of North Korean defector adolescents born and raised in North Korea and their new South Korean dietary experiences after being settled in South Korea. The study included six North Korean defector adolescents enrolled in an alternative school located in Gyeonggi-do, South Korea. This study's qualitative research methodology included two-by-two group interviews, followed by individual interviews and field observation. The study period was from September 14 to October 26, 2019. Before entering South Korea, they primarily ate food pickled with soybean and salt, a cooking method by which foods are preserved because refrigerators were unavailable. After settling in South Korea, they had difficulty adapting to South Korean foods because of the unfamiliar ingredients and recipes. On the other hand, they quickly adapted to some foods, such as chicken. The participants reported that North Korean foods are generally light, whereas South Korean foods are sweet, salty, and spicy; hence, they do not taste delicious. The results suggest that attention be paid to menu improvement and the provision of nutritional education by schools and the government to prevent undernourishment or malnourishment because of unfamiliar ingredients and recipes.

Key Words : North korean defector adolescents, dietary life, qualitative research

1. 서 론

최근 통일부의 조사에 따르면 2019년 한 해 국내 입국 북한이탈주민들은 1,047명으로 2018년(1,137명)에 비해 7.9% 감소했다. 지금까지 국내에 들어온 북한이탈주민들 누적 인원은 총 33,523명이며(Ministry of unification 2020), 19세 이하 북한이탈주민들은 5,042명이라고 보고하고 있다(Ministry of unification 2019). 북한이탈주민들의 탈북 원인은 초기에는 경제적 문제에 기반한 생계형 탈북이었으나, 현재는 점차 이주형 탈북으로 변화되고 있으며, 먼저 남한에 입국하여 정착한 북한이탈주민들이 자신의 가족을 데리고 오는 사례도 증가하고 있다. 이에 늘어나는 북한이탈주민들을 위해 정부는 다양한 지원과 연구의 필요성을 제시하였으며(Ministry of unification 2017), 10년 전부터 북한이탈주민들의 식습관과 영양섭취 상태에 대한 연구들을 진행하고 있는 실정이다(Park et al. 1999; Chang et al. 2000).

남한과 북한의 국민들은 분단된 70년 동안 각자 고유한 사

회, 문화, 환경적 배경을 가지고 살아왔다. 한반도가 남과 북으로 분단된 이후에 사회, 경제적 차이는 현저하게 달라졌고, 북한에는 경제적 어려움으로 인한 기아와 빈곤 상태가 늘어났다. 국제 아동기금(UNICEF)과 세계식량계획(World Food Programme)의 조사에 따르면 1988년도 북한에서는 생명에 위협을 주는 정도의 급성영양장애(Wasting)가 15.6%, 장기적인 영양실조 상태인 만성영양장애(Stunting)는 62.3%로 나타났다. 1995-1999년 사이 기근으로 인한 총 사망자는 280만 명에서 350만 명으로 추정된다고 보고되었다(United Nations Children's Fund 1998; Food and Agriculture Organization of the United Nations 2011). 2012년 UN에서 실시한 북한영양조사에 따르면 유제품의 섭취 비율도 현저히 부족하여, 칼슘 섭취 또한 현저하게 부족한 것으로 조사되었다(United Nations Children's Fund 2012). 최근 국제 컨설팅드와이드의 2020년 세계 기아지수 보고서에 따르면 북한은 세계기아지수가 132개국 중에 12위를 차지하였으며, 27.5점으로 20.0-34.9점 사이의 '심각(Serious)' 단계에 속하

*Corresponding author: Seunghee Kye, Nutrition Education Major, Graduate School of Education, Gachon University, 1342, Seongnamdaero, Sugeong-gu, Seongnam-si Gyeonggi-do, 13120, Korea Tel: +82-31-750-5507 Fax: +82-31-750-8683 E-mail: shkye@gachon.ac.kr

는 국가로 보고되었다. 북한에 대해 보고된 세부구성지표(%)를 살펴보면 인구 당 영양결핍비율 47.6%, 저체중 아동비율 2.5%, 발육부진 아동비율 19.1%, 영유아사망률 1.8%로 조사되었으며, 특히 인구 당 영양결핍비율은 세계 2위에 속하였다(Concern worldwide 2020). 북한의 기아와 빈곤 상태는 과거부터 현재까지 진행 중인 것을 알 수 있다.

북한이탈주민들 중 청소년들은 제2의 성장기로 정신적, 신체적으로 보호와 관심이 필요하다. 북한이탈청소년들은 남한 입국 후 정치, 경제, 문화의 차이에서 기인하는 문제와 어려움으로 인해 스트레스 및 우울과 불안 등을 갖고 있는 것으로 보고되었으며(Park & Lee 1999; Choi et al. 2011), Lee et al. (2011)은 탈북아동들의 신체건강상태에 대해 조사한 연구에서 하나원에 입소한 소아청소년(7-12세)은 한국 소아청소년의 표준치와 비교해 보았을 때, 19%는 신장, 15%는 체중 기준에서 성장 미달인 것으로 나타났으며, 이는 북한의 영유아시기 영양 결핍에서 기인한 결과라고 보고하였다. Kwak et al. (2008)의 연구에 따르면 북한이탈청소년들은 남한에 체류하며 지속적인 영양공급을 받음에도 불구하고 신장은 크게 증가하지 않는 것으로 보고되었으며, Kim et al. (2014)은 북한이탈청소년들의 북한과 다른 남한에서의 식습관 변화는 우울감을 증가시키는 것으로 보고하였다. 따라서 북한이탈청소년들이 남한에 정착한 이후 새롭게 경험한 식생활로 인해 신체적, 정신적 어려움을 겪고 있을 것으로 예상되며 북한이탈청소년들의 식생활에 대한 연구가 필요한 시점이다.

그 동안 연구되었던 북한이탈청소년들에 대한 연구는 북한이탈청소년을 위한 통합적 건강증진 프로그램 개발(Choi et al. 2009), 식생활습관 변화가 북한이탈청소년의 스트레스와 우울감에 미치는 영향(Kim et al. 2014), 북한이탈청소년들을 위한 가정생활교육프로그램의 개발과 평가(Lee et al. 2016) 등이 있었다. 그러나 북한이탈청소년들의 과거 북한에서의 고유한 식생활과 현재 남한에 정착한 이후 새롭게 접한 식생활 경험에 대한 질적 연구는 보고된 적이 없었다. 이러한 연구 부재로 북한이탈청소년들의 식습관과 편식에 대한 경험, 식습관이 형성된 과정 및 상황에 대한 심층적인 이해가 부족하게 되었다.

이에 본 연구는 북한이탈청소년들이 교육을 받는 대안학교 재학생들을 대상으로 질적 연구 방법론을 사용하여 북한에서 형성된 식생활 및 식습관과 남한에 정착한 이후의 식생활 경험에 대한 연구를 통해 전반적인 식생활 배경과 경험 그리고 어려움 등을 파악하고자 하였다. 추후 본 연구 결과가 북한이탈청소년들의 남한 식생활 적응과 건강한 식습관을 형성하는데 도움이 되는 근거자료로 활용될 수 있기를 기대하는 바이다.

II. 연구내용 및 방법

1. 연구대상 및 기간

경기도에 위치한 대안학교에 재학 중인 탈북학생들을 대상으로 유의적 표집방법을 활용하였다. 연구 참여자 표집은 2단계로 하였다. 1단계에는 연구자가 현장 관찰을 통해 편식이 심하고 잔반량이 많은 학생 15명을 선별하였다. 2단계는 15명의 학생 중 본 연구에 능동적으로 참여할 의향이 있으며, 학교 급식에 관심이 많다고 진술한 6명의 학생들을 최종 선정하였다. 연구는 2019년 9월 14일-10월 26일까지 이루어졌다. 본 연구는 가천대학교 생명윤리심의위원회(Institutional Review Board: IRB)의 사전승인(1044396-201906-HR-104-01)을 받아 수행하였다.

2. 연구내용 및 방법

본 연구는 탈북청소년 6명을 대상으로 실시하였다. 1차 인터뷰는 영양학을 전공한 연구자 2명이 대상자 2명씩을 한 그룹으로 구성하여 반구조화 인터뷰를 실시하였다. 인터뷰는 과거 북한에서의 식생활 경험과 현재 남한에서의 식생활 경험으로 분류하여 진행하였다. 구체적으로 북한에서의 식생활 내용을 파악하기 위해 일상적으로 먹던 음식과 특별한 날(명절, 개인적인 경조사 등)의 식생활에 대해 질문하였으며, 남한 입국 후 남한에서 새롭게 접한 음식과 이에 따른 순응도 그리고 남북한 음식의 차이에 따른 어려움 등의 내용이 포함되도록 하였다. 소요 시간은 그룹별 약 40분-1시간이었다. 2차 인터뷰는 1차 인터뷰 내용을 검토 후 이해가 되지 않는 답변에 대해 재확인하고자 개별적으로 실시하였으며, 소요 시간은 인원 당 약 30분이었다. 또한 연구자는 인터뷰 내용을 재확인하기 위해 급식시간에 현장 관찰을 실시하고 기록하였다. 연구자는 연구 참여자인 탈북청소년과 보호자에게 연구자의 신분, 연락처, 연구목적과 연구절차에 대한 소개, 연구 참여의 자발성과 아무런 제재 없이 연구 참여를 중단할 수 있는 권리보장, 비밀보장, 녹취 등에 대한 설명을 하고 연구 참여 동의서를 받은 후 인터뷰를 실시하였으며, 모든 음원은 녹취록 작성 후 폐기하였다.

3. 자료 분석

본 연구에서 자료는 Van Kaam (1969)이 제시한 현상학적 접근방법을 근거로 분석하였다. Van Kaam (1969)의 분석방법에 따라 대상자로부터 기술된 내용에서 의미 있는 문장이나 구를 추출하여 의미가 같은 종류의 진술끼리 묶어 부주제를 선정하고, 의미 있는 진술의 빈도를 기록하였으며, 이를 다시 같은 속성으로 묶어 주제 및 범주로 조직하였다. 주제를 기술함에 있어 대상자의 표현 그대로가 아니라 연구자

의 정련된 언어로 기술하였다. 분석은 다음과 같은 과정을 통해 이루어졌다. 녹음된 면담 내용을 여러 번 반복하여 들으면서 첫째, 대상자들이 표현한 그대로 옮겨 기록하였다. 둘째, 기록된 내용과 녹음된 내용 중에서 본 연구의 목적과 관련이 있고 의미 있는 진술을 추출하였다. 셋째, 추출된 의미 있는 진술을 읽으면서 각 진술에서 공통적인 속성을 모아 부주제로 정했고, 비슷한 속성을 지닌 부주제들을 주제로 묶었으며, 주제들의 속성을 전체적으로 모아서 범주화하였다. 넷째, 분류된 범주화를 통해서 분석과 통합을 통해 현상에 대한 서술을 하였다.

III. 결과 및 고찰

1. 참여자의 일반 특성

연구 대상자의 나이는 만14세 1명, 만 18세 3명, 만 19세 2명으로 이루어졌다. 남한 입국 전 해외거주 지역은 베트남, 중국, 태국이었으며, 해외에서 머문 기간은 최소 2달에서 최대 2년이였다. 남한 입국 후, 남한거주 기간은 6명 중 5명이 2년이였다. 가족과 동거하는 대상자는 6명 중에 2명이였으며, 그 외 대상자는 대안학교에서 마련된 기숙사에서 생활하였다<Table 1>.

2. 본 연구를 통해 도출한 북한이탈청소년들의 남한 식생활 경험

북한이탈청소년들을 대상으로 인터뷰한 결과, 3가지 주제를 공통적으로 도출하였다. 그 내용은 과거 북한에서의 식생활, 남한 음식에 대한 새로운 경험, 남한 식생활 적응에 대한

어려움이였다.

1) 과거 북한에서의 식생활은 <Table 2>와 같다.

(1) 일상적인 식생활

연구 참여자들이 북한에 거주했을 당시 전력부족으로 인해 냉장고 유무와 관계없이 모두 동일하게 냉장고를 사용하기 어려웠다. 냉장고 대신 식재료를 안전하게 보관할 수 있는 식재료 보관 장소 및 보관 방법들이 필요했고, 그 영향이 북한의 식생활에 나타났다.

“김치나 무침 같은 나물 절임 등은 항상 몇 가지씩 밑반찬으로 있었던 거 같아요. 냉장고는 없으니까 음식을 절이거나 건조해서 보관했어요.” (연구대상자2)

“저희 집은 냉장이 없으니까 여름에는 남기지 않고 즉시 먹었어요. 생선도 많이 사오는게 아니고, 1, 2팩 사와서 그날 다 먹어요.” (연구대상자3)

“냉장고가 있긴 있는데 전기가 안 들어와서 사용 할 수가 없었어요. 그래서 평상시에는 간식 같은 거 다 넣어놓고 장식장처럼 사용하다가 전기 들어오면 김치 같은 음식 다시 집어넣고 사용했어요.” (연구대상자6)

“평소에 금방 상하는 음식은 안사요. 그냥 딱 하루 먹을 것만 사서 먹었어요. 주변에 바다가 없으니까 생선을 잘 사지 못했는데 생선을 구입하게 되면 주로 도루메기를 사 먹었어요. 도루메기가 얼려서 들어오는데 굴에 넣어서 생선을 보관했어요.” (연구대상자5)

“생선이 좀 더 귀해요 왜냐하면 바다가 멀어가지고..” (연구대상자3)

“흰쌀밥은 잘사는 사람들이 먹고 못사는 사람들은 옥수수 강냉이를 먹어요.” (연구대상자4)

<Table 1> General characteristics of the participants

Case	Year of defection from North Korea	Age	Gender	Area/Period residence before entering South Korea	Period of residency in South Korea	Status	Family living together
1	2017	14	Male	Vietnam/3 months	2 years	Middle school student	Mother
2	2017	19	Female	Thailand/2 months	3 years	High school student	None
3	2011	18	Female	China/5 months	2 years	High school student	None
4	2017	18	Female	Vietnam/3 months	2 years	High school student	None
5	2017	18	Female	Vietnam/3 months	8 years	High school student	Mother, Sister
6	2015	19	Female	China/2 years	2 years	High school student	None

<Table 2> Past dietary life of the participants in North Korea

Category	Theme	Sub-theme	Meaning unit
Past dietary life	Dietary life in North Korea	Poor dietary environment	<ul style="list-style-type: none"> • Repetitive/simple recipes due to difficulty in storing food ingredients • Practical difficulties in access to food ingredients from other regions • Unable to use the refrigerator due to insufficient electric power
		Dietary life for special days	<ul style="list-style-type: none"> • On special occasions, there are festive foods: special confectionaries at elementary schools for national memorial days, dumpling soup for Lunar New Year's Day, and newly harvested rice and fruits for <i>Chuseok</i> • <i>Gimbap</i> and egg rice on track and field day in schools, cake and tropical fruits on a wedding day and for the wealthy, rice and meat on birthdays

본 연구에서 대부분의 대상자들은 북한에서 태어나 15년 이상 살다가 탈출하였다. 북한은 분단된 이후 최근까지 극심한 빈곤과 기아를 경험하는 것으로 보고되었다(Lee 2017; United Nations Children's Fund 2017). 북한이탈주민들이 북한에서 탈출한 동기를 빈곤으로 단정할 수는 없지만, 북한에서 거주했을 당시 일부 대상자들은 빈곤을 경험한 것으로 조사되었다. 북한은 도시와 시골의 빈부 격차가 존재하며 이로 인해 식생활 차이가 많이 나는 것으로 조사되었다(Lim 2016). 본 연구 대상자들은 모두 산간지역 시골마을 출신으로 평양에서 거주하는 사람들보다는 열악한 환경과 경제상황으로 식재료를 다양하게 접해 보지 못하였으며, 가정에는 거의 냉장고가 없거나 전력량 부족으로 인해 냉장고가 있어도 사용하지 못하는 것으로 나타났다. Hwang (2019)은 2015년에 조사한 북한의 발전량은 1980년대의 발전량에 미치지 못했으며, 발전량이 감소하면서 전력소비량이 감소하여 전력공급이 부족하다고 보고하였다. 북한에서는 냉장고 유무와 관계없이 냉장고를 잘 사용할 수 없기 때문에 이에 따라 식생활 문화가 발달하였다. 냉장고 대신 땅에 굴을 파서 식재료를 보관하고, 절임 조리법을 주로 사용하였으며, 생선처럼 상하기 쉬운 것은 건조해서 보관하였다. 또한 대부분 당일 식재를 구입하여 당일 소진하여 재고를 남기지 않았다. 이는 남한에 냉장고 보급률이 일반화되기 전인 1960년대 이전의 식생활모습과 같았다(Kim 1996; Chae 2005). 북한은 남북정상회담에서 김정은 국무위원장이 북한의 교통수준을 민망한 수준이라고 발언한 바와 같이 교통이 매우 낙후되어 도시간의 교류가 쉽지 않다(An 2018). 통일연구원에서 발표한 자료에 따르면 북한은 지역 간 이동에 대한 권리를 제한당하고 있으며, 북한의 모든 인민들은 해당지역 보안서나 인민위원회에서 발급받은 여행증명서가 있어야만 도 밖으로 이동할 수 있다고 하였다(Ministry of unification 2020). 북한의 이러한 사회적, 행정적 상황은 연구 대상자들의 식생활에 반영되어 자신의 거주 지역 내에서 나는 특산물(감자, 옥수수 등)을 주로 섭취하였으며, 그 외의 지역에서 나는 생선 같은 식품은 자주 섭취하지 못하는 것으로 조사되었다.

(2) 특별한 날의 식생활

북한의 식생활에서 특별한 날은 국가기념일, 추석, 설날, 신정, 운동회, 결혼식 등이 있었다. 북한이 남한과 다른 국가기념일은 국무위원장의 생일이었다.

1) 국가기념일

“1년에 한두 번 있는 것 같아요. 사탕 아니면 기름 한 병, 식초 한 병을 줘요.” (연구대상자4)

“쉬기만 하지 특별히 뭘 해먹진 않는 거 같아요. 나라에서 각 집마다 콩기름을 줘요” (연구대상자6)

“김일성이랑 김정일 태어난 날에 간식을 줘요. 2월 16일, 4월 15일에 소학교에만 간식을 나눠줬어요. 과자, 사탕, 설탕 물론

콩사탕 등이 들어간 종합선물세트로 1 kg 정도, 그런데 점점 980, 950 g로 줄어들면서 850 g이 나온 적이 있어요.” (연구대상자2)

2) 명절

“추석에 제일 잘 먹는 편 인거 같아요. 가정형편에 따라서 다를 수도 있고, 대부분 옥수수밥만 먹는데 두부국에 흰쌀밥 먹는 집도 있어요.” (연구대상자4)

“추석 때 햅쌀 가지고 조상 제사 차리잖아요. 북한에 있을 때 할머니가 추석날은 아무리 가난한 사람도 1년 중에 제일 배불리 먹는 날이라고 했어요. 왜냐하면 모든 햇과일 햇곡식이 가장 많이 나올 때고, 제사를 지내기 위해 다른 친척들도 다 모여 음식을 다 같이 나눠먹고 놓고 헤어지고 했어요.” (연구대상자2)

“설날은 만둣국도 끓이고, 다양하게 음식을 만들었어요. 추석에는 과일과 떡 위주로 만들어서 제사 드렸어요.” (연구대상자1)

“떡에 하얀 콩가루나 검은콩이나 팥 같은 색깔 있는 거 곁에 안 묻혀요. 북한에서는 그냥 하얗게 해서 먹어요. 이떡이라고 부르는데 한국의 백설기랑 비슷해요.” (연구대상자2)

3) 생일

“북한에서는 생일날 메밀국수를 먹어요. 오래 살라고.” (연구대상자5)

“생일 때는 쌀떡, 북한에도 백설기가 있는데 북한말로는 이떡이라고 해요. 그리고 국수를 무조건 먹어요. 오래 살라고” (연구대상자3)

“생일이나 명절이나 사는 게 좀 귀찮다하면 고기를 좀 먹어요. 대신 소고기는 전혀 먹어볼 수 없어요. 농장소가 사고로 죽으면 먹을 수가 있어요. 북한에서는 돼지고기를 더 많이 먹고, 생선도 먹는데 비싸서 명절 때나 특별한 날에 먹을 수 있어요.” (연구대상자4)

4) 결혼식

“결혼식 때는 웨딩 케이크를 메인에 놓고 주변에 여러 가지 과일이나 음식 그리고 아이를 잘 낳으라고 벽에다 밤 같은 것을 쌓아놓아요. 그날에는 약간 평상시에 먹기 힘든 파인애플이나 바나나 같은 열대과일 같은 것도 많이 꾸며 놓고 그랬던 거 같아요. 잘사는 집은 웨딩 케이크 사이즈를 더 크게 했던 거 같아요.” (연구대상자2)

5) 운동회

“운동회날도 도시락 싸가지고 학교에 가져가요. 그때 엄마들은 도시락을 되게 맛있고 예쁘게 싸줘요.” (연구대상자2)

“평상시에 도시락 싸는 일이 있을 때에 엄마가 양배추랑 풋콩 채를 싸줘요. 봄, 가을 운동회인데, 그런 날에 최대한 노력해서 많이 싸가요. 그리고 등산날(소풍날) 같은 경우에는 주식으로 김밥과 달걀밥 그리고 떡을 싸 갔어요.” (연구대상자6)

“도시락으로 잘사는 집은 흰쌀밥에 고기, 계란도 넣어주고 하는데. 못 사는 집은 옥수수밥에다 장 싸주거나 그렇지 않으면 옥수수밥에다 옥수수가루를 섞어서 싸준단거 했어요.” (연구대상자4)

북한에서도 명절날 제사와 차례를 지낸다고 응답하였으며, 명절날 음식은 주로 만들어 먹으며 설날에 떡국을 먹는다고 응답하여 남한의 명절 모습과 다르지 않았다. Choi et al. (2015)는 북한이탈주민을 대상으로 북한의 명절음식에 대해 조사한 연구에서 북한에서 명절에 특별한 음식을 준비하는 지에 대한 질문에서 69.6%가 그렇다고 답하였으며, 북한 명절 때 명절음식을 만들어 먹는지에 대한 질문에는 59.8%가 그렇다고 조사되어 본 연구결과와 유사하였다. National Editorial Writing (2003)에 의하면 북한은 오랫동안 식량난이 지속되면서 전통 명절 음식이 사라지고, 제한된 식재료를 사용하여 새롭게 만들어진 ‘두부밥’과 옥수수가루에 물을 넣고 만든 ‘속도전떡’과 같은 서민음식이 새롭게 등장하였다 (Division of Training and Development 2008)고 보고하였다. 본 연구 대상자들은 명절날 남한의 백설기와 비슷한 이 떡을 만들어 먹는다고 하여 과거 조사와 일치하지 않았지만, 명절의 풍습과 음식의 상차림은 남한과 비슷하여 간소하게 차려지더라도 전통이 지켜지는 모습을 보였다. Choi et al. (2015)의 연구에서 북한이탈주민들에게 북한과 남한의 명절 음식에 대해 조사한 결과, 북한의 명절 음식은 ‘달지 않다’, ‘독특하다’, ‘독특한 상차림이 있다’고 답하였으며, 남한의 명절 음식은 ‘조리법이 다양하다’라고 응답하여 남북한의 차이를 알 수 있었다. 그 외 개인 생일, 결혼식, 운동회 등의 날은 집안의 가정형편에 따라 다소 차이는 났지만, 생일날에 면을 먹는 것, 운동회 날에 김밥을 도시락으로 싸 갖고 가는 것, 결혼식에는 웨딩 케이크를 준비하는 것 등은 남한과 풍습이 크게 다르지 않았다. 특별히 남한과 차이가 있다면 국가주석의 생일날이 기념일로 지정되었으며, 이날은 국가에서 아이들에게 사탕을 주거나 각 가정마다 콩기름을 지급하였다. 실제로 북한에서는 명절이라는 개념이 모든 기념일과 국경일까지 포함한다고 조사되었으며 이러한 날에는 국가에서 식재료가 배급되는 것으로 알려져 있어(Institute of North Korean Food 2012; National Editorial Writing 2003) 본 연구조사와 일치하였다.

2. 남한 음식에 대한 새로운 경험

남한에 입국한 후 처음 먹어 본 낯선 식재료와 조리법이 사용된 음식에 대해 순응도가 낮은 것도 있고 높은 것도 있었으며 <Table 3>에 제시하였다.

1) 순응도가 낮은 음식

순응도가 낮은 음식으로 브로콜리, 샐러리 등의 외국 채소류와 치즈, 우유 등의 유제품, 마요네즈 같은 드레싱류 등에 대해 거부감을 일으켰다.

“브로콜리는 못 먹겠어요.” (연구대상자1)

“피망, 청경채, 브로콜리 등 낯선 음식 중에 피망은 먹는데 브로콜리는 안 먹어요.” (연구대상자3)

“샐러드를 잘 못 먹어요. 같은 야채인데 나물로는 먹지만, 야채를 그렇게 만든 조리법은 처음 봤어요. 마요네즈 들어간 건 안 먹어요. 치즈도 안 먹어봤어요. 샐러드가 종류가 많은데 알이랑 비슷하게 생긴 콩 같은 거 먹은 적이 있는데 콩 비린내 나서 안 먹었어요. 그런데 지금은 건강에 좋다고 해서 먹고 있어요.” (연구대상자4)

“느끼한 거를 정말 못 먹었어요. 치즈 못 먹어요. 마요네즈랑 버터 들어간 컵밥도 못 먹어요.” (연구대상자5)

“크림파스타 너무 싫어요. 그리고 스프! 그거 너무 싫어요. 먹기가 그냥 너무 이상해요.” (연구대상자6)

“낯설어서 안 먹은 건 아니고 저는 북한에서부터 고기를 잘 안 먹었어요. 그냥 고기를 먹으면 토를 했어요.” (연구대상자5)

“삼겹살을 안 먹는 이유는 그냥 고기를 안 먹어서요.” (연구대상자6)

2) 순응도가 높은 음식

양념과 기름을 사용해 만든 치킨, 잡채와 냉면, 짜장면, 라면 등 면 종류에 대한 순응도가 높았다.

“한국에서 외식 할 경우에 감자탕과 짜장면 먹었는데 맛있어요. 냉면의 면도 좋아해요.” (연구대상자4)

“치킨처럼 튀긴 거 좋아해요. 오징어 튀김도 좋아해요. 그리고 명태도 물에 부침가루 섞어서 튀겨낸 것도 맛있고 튀긴 음식

<Table 3> Experience of food of the participants in South Korea

Category	Theme	Sub-theme	Meaning unit
Present dietary life	Experience of South Korean food	Food that is hard to adapt to	<ul style="list-style-type: none"> Foreign vegetables with strong flavors, e.g., broccoli and celery, are difficult to enjoy Due to limited prior experiences with dairy products (e.g., cheese) and dressings (e.g., mayonnaise), such foods are difficult to adapt to Due to unfamiliarity with beef or pork because of financial difficulties and availability, such foods are unfamiliar
		Food that is easy to adapt to	<ul style="list-style-type: none"> I sometimes think of pizza, jajangmyeon (black bean sauce noodles) and teokbokki (stir-fried rice cake) because they were new experiences but had immediate appeal due to taste. In particular, foods cooked in oil including fried foods (e.g., chicken), are likeable.

좋아해요.” (연구대상자6)
 “치킨 맛있어요. 북한에서는 닭을 주로 닭곰탕처럼 해줘요. 닭을 삶아 건져서 양념이나 소금에 찍어 먹어요.” (연구대상자3)
 “학교에 와서 급식에서 먹은 잡채가 맛있었어요. 북한에서도 먹긴 하는데 뭔가 맛이 달라요. 북한에서는 식초를 넣고 잡채를 차갑게 해서 주는데 여기는 뜨겁게 볶아 주잖아요. 그게 더 맛있어요.” (연구대상자4)
 “한국라면은 맛있어요. 매운 불닭 라면 그게 제일 맛있어요.” (연구대상자5)
 “떡볶이에 들어가는 새알(메추리알)도 처음 먹어봤어요. 지금은 달걀을 많이 먹는 편이에요.” (연구대상자5)

북한이탈청소년들은 남한에 도착하면 하나원에서 3개월간 초기 적응 교육을 받으며 지내게 된다. 이곳에서 대상자들은 남한 음식을 처음 먹어 본 것으로 조사되었다. 순응도가 낮은 음식은 북한에서 전혀 먹어 보지 못했던 외국 야채들과 유제품이었으며, 느끼한 외국 소스류가 주를 이루었다. 의외로 북한에서도 존재하는 식재료인 육류는 평상시에 잘 먹지 않고 익숙하지 않아서 잘 먹지 못한다고 응답하였다. 학교 급식 시에도 육류를 섭취하지 않고 잔반으로 남기는 것을 연구자가 현장 관찰을 통해 확인할 수 있었다. Kim et al. (2013)은 학령기 어린이의 채소 과일 섭취 현황을 조사한 연구에서 향이 강하거나 접해보지 못한 채소에 대해서는 먹으려고 하지 않는 경향이 조사되었으며, Han (2010)은 여성결혼이민자의 한국 식생활 연구에서 여성결혼이민자들에게 거주 초기에 한국 음식 부적응 경험을 묻는 질문에 대부분이 어려움을 겪었다고 응답하였다. 낯선 식재료와 조리법에 대한 거부감은 모든 사람에게 나타날 수 있다. 따라서 북한이탈청소년들도 남한과 같은 민족이지만, 매우 한정적인 식재료와 조리법으로 입맛과 식습관이 길들여져 외국 이민자와 같은 상황일 거라 여겨진다. 유아들의 편식을 예방하기 위해서 식재료를 잘게 다지거나 조리법을 다양하게 하여 메뉴를 구성하거나(Lee et al. 2005), 영양교육을 통해 낯선 식재료지만 건강에 이롭다는 장점을 알리면(Go et al. 2013), 낯선 음식에 대해 긍정적인 태도와 인식을 보여 개선효과가 있다

고 보고되었다. 현재 연구 대상자들은 학교에서 급식을 먹으면서 남한 음식에 대한 경험을 넓히고 있는 중이므로 음식에 대한 편식이 생기지 않도록 영양사의 세심한 관심과 노력이 필요하다고 여겨지는 바이다. 순응도가 높은 음식은 주로 기름을 사용하여 조리한 튀김, 볶음 등 이었다. 유지를 사용해 조리한 음식은 좋은 맛, 향, 색, 바삭거리는 질감 등을 상승시켜 우리나라 뿐 아니라 세계적으로도 꾸준히 선호되고 있기 때문에(Jung et al. 2013), 대상자들에게도 긍정적인 반응이 나온 것으로 생각된다. Kim & Jeong (2011)이 북한이탈주민의 식습관을 조사한 연구에서 매운맛을 가장 선호하고 단맛을 가장 싫어하는 것으로 조사된 것과 같이 본 연구에서 가공된 음식이라도 라면, 떡볶이 같은 매운 음식은 순응도가 높은 것으로 조사되었다.

3. 남한 음식 적응에 대한 어려움

남한 음식 적응에 대한 어려움으로 양념 맛과 원재료의 맛에 대한 차이를 들었다. 남한 식생활에 쉽게 익숙해지지 못하는 어려움이 고향 음식에 대한 그리움이 더 커지는 요인 중의 하나가 되었으며 <Table 4>에 제시하였다.

1) 양념 맛의 차이

대상자들은 북한보다 남한의 음식이 달다고 느꼈으며, 직접 된장, 고추장을 담그어 먹지 않는 것이 맛의 차이를 내게 한다고 답하였다.

“남한 음식은 북한하고 비슷한 게 많은데 맛이 완전 달라요. 남한의 음식은 많이 달아요.” (연구대상자1)
 “밀수품으로 중국 맛내기(미원) 많이 먹어요. 왜냐하면 조리 시 소금만 넣으면 쓴맛이 나고, 매운맛이랑 소금 맛이랑 잘 섞이지 않는데, 맛내기(미원)를 넣으면 맛이 부드러워져요.” (연구대상자2)
 “된장이랑 고추장 맛도 달라요. 남한 것은 맛이 없어요. 남한의 된장은 달고, 북한은 구수한 맛이 강해요. 내 생각에는 만드는 방법이 다른 거 같아요. 저희는 콩을 삶아서 삶아서 그걸 또 다시 말리고 엄청 복잡해요.” (연구대상자3)

<Table 4> Difficulties in adapting to Korean food of the participants

Category	Theme	Sub-theme	Meaning unit
Present dietary life	Difficulties in adapting to Korean food	Differences in the taste of seasonings and different recipes	<ul style="list-style-type: none"> • South Korean soybean paste has a processed taste • In general, South Korean food tastes sweeter than North Korean food • Same menu names but different recipes • South Korean recipes are varied, including fried foods, whereas North Korean recipes are basic and utilize simple techniques, such as boiling or steaming
		Differences in the taste of raw materials	<ul style="list-style-type: none"> • Vegetables grown in South Korea do not have the natural and unique taste of individual vegetables in their raw form • Water in South Korea is bland and tasteless
		Longing for hometown food	<ul style="list-style-type: none"> • Desire to eat North Korean food, such as starch noodles, powdered rice cake, artificial meat rice • Often buy and eat potatoes and corn, which I frequently ate in North Korea • When eating out, I select items that are most similar to North Korean food

“남한은 나물 무침을 할 때 된장도 넣기도 하고 참기름과 고춧가루도 넣어서 양념 맛이 많이 나고, 양념 때문에 나물 맛이 안 느껴져요. 북한은 그냥 간단히 소금 간만해서 먹어요.” (연구대상자5)

2) 원재료 맛의 차이

남한에 있는 식재료가 북한에도 동일하게 있다. 그러나 남한의 식재료는 원재료의 맛과 향이 강하지 않고 싱거우며, 물도 청량감에서 차이가 난다고 말하였다.

“시금치 맛이 많이 달라요. 시금치로 국을 끓이면 구수한 맛이 있는데 남한에서는 아무 맛도 안 나고 그냥 풀을 먹는 느낌이에요. 북한은 시금치를 1년에 1번 제철에만 먹어요. 여기서는 겨울에도 온실에서 재배해서 먹으니 제철에 나는 것처럼 싱싱하고 달지 않고 심심한 맛이 나요.” (연구대상자3)

“북한 물이 진짜 맛있어요. 수도물보다 샘물이 맛있어요. 샘물이 맛있으면 그 샘물로 샘물 공업소를 만들어서 먹게 만들어요.” (연구대상자1)

“한국에서 감자 음식을 먹으면 맛이 없어요. 고유의 맛이 안나요. 남한의 감자는 더 인위적인 맛이 많이 나요.” (연구대상자3)

“북한에서 겨울에는 옥수수를 못 먹는데, 남한은 냉장고에 보관해 뒀다가 먹으니 맛이 없는 거 같아요. 우리는 햇옥수수만 먹는데, 옥수수를 자주 먹어도 안 질렸어요. 남한은 언제나 먹을 수 있는 반면에 북한은 제철인 8월부터 9월까지만 먹을 수 있어요.” (연구대상자4)

3) 고향 음식에 대한 그리움

고향 음식이 그리워서 주로 먹게 되는 음식은 북한에도 존재했던 감자, 옥수수, 냉면 등이었다.

“녹말국수가 먹고 싶어요. 시장 주변에서 파는데 그거 진짜 맛있게 했어요. 시원하게 하고, 약간 맵게 하구. 남한 사람들이 직접 먹어봤으면 좋겠어요.” (연구대상자1)

“만두밥이랑 인조고기밥을 만들 수는 있는데 만들더라도 남한에서는 그 맛을 느낄 수가 없어요.” (연구대상자6)

“속도전 가루떡은 옥수수 가루로 만들어요. 그것은 5분 내에 만들 수 있어요. 쫄깃쫄깃하고 진짜 맛있어요.” (연구대상자5)

“북한에서 먹었던 그리움 때문에 학교에서 아침에 반찬으로 감자를 주면 무조건 먹어요. 가끔 길거리에서 옥수수도 사먹어요.” (연구대상자3)

“북한에도 존재하는 냉면은 남한에도 존재하고 맛이 약간 비슷하니까 냉면을 주로 사먹는 거 같아요.” (연구대상자4)

연구 대상자들은 전부 남한의 음식이 많이 달아서 섭취하는데 어려움을 겪은 것으로 조사되었다. Lee et al. (2013)은 북한이탈주민 232명을 대상으로 남한음식에 대한 어려움을 조사한 결과 가장 많이 선택한 문항이 ‘너무 달아서’라고 조사되어 본 연구 결과와 일치하였다. 연구 대상자들은 남한의 된장국에 대해서도 너무 맛있다고 구수하지 않으며 조미료 맛이 많이 나서 된장국을 잘 먹지 않게 되었다고 언급하였다. 북한에서는 각 가정에서 직접 된장을 만들어 먹는다. 이

에 비해 남한은 1970년대 산업화와 더불어 장류도 공장에서 만들기 시작하였다(Bae 2002). 현재 학교급식에서는 공장에서 생산하는 된장을 사용하고 있기에 맛에 대한 차이가 더 드러난 것으로 생각된다. 이 외에도 남한의 채소는 사계절 내내 먹을 수는 있는 장점은 있으나 신선하지 않고 맛이 달지 않다고 하였으며, 북한의 채소는 제철에만 먹을 수 있어 맛이 아주 달다고 하였다. 현재 남한은 모든 야채와 과일 등을 하우스 재배 또는 저장하여 사계절 내내 구매하여 먹을 수 있으며, 농업기술의 발전으로 당도가 높은 개량종이 많이 개발되어 있다(Park 1970). 농산물은 제철에 먹어야 가장 신선하고 영양가도 높으며 맛이 좋기 때문에, 저장용 농산물을 먹었을 때 맛에 차이가 나는 것은 당연하다고 생각된다. 그러나 남한 채소가 북한의 채소보다 맛이 저하되기 보다는 기후와 토양이 다르기 때문에 원재료 맛이 다를 것으로 예상된다. 연구 대상자들은 남한 보다 북한의 물맛이 시원하고 청량감이 있으며 맛있다고 하였다. 북한에 거주 시 가정에서는 지하수를 사용하며, 산에서 내려오거나 하천에 흐르는 물을 자주 마신다고 하였다. 자연 상태의 물에는 탄산과 여러 무기물질이 들어있다. 무기물이 많이 녹아 있는 물을 경수, 적게 녹아 있는 물을 연수라 부르는데 일반적으로 경수는 맛이 무겁고, 연수는 조금 싱겁게 느껴진다(Im 2004). 특히 칼슘이 많으면 물맛이 좋게 느껴지며, 산소와 이산화탄소가 충분히 녹아 있으면 물맛도 상쾌하게 느껴진다(Im 2004). 여러 회사의 생수와 수도물의 성분을 비교한 결과에서도 칼슘의 함량에 따라 맛이 차이가 나는 것으로 보고되었다(Park & Lee 2010). 이와 같이 남한의 수도물보다는 북한의 산에서 내려오는 물이 칼슘 등의 무기질이 더 많이 포함되어 있어서 맛에 차이가 나는 것으로 분석된다. 그러나 An & Yun (2010)은 북한의 생활용수 이용은 하천수는 59.4%, 지하수는 35.4%, 저수지는 0.5%로 보고하였다. Kim et al. (2008)은 북한에서 하천수 이용률이 가장 높은 것은 상수도 보급률과 하수처리율이 낮기 때문이며 이로 인해 인간과 생태계는 각종 병원균에 노출되기 쉬우며, 공중보건을 유지할 수 없다고 하였듯이 물맛은 좋지 모르나 위생상 안전에 대해서는 염려가 되는 바이다. 연구대상자들은 북한 음식을 많이 그리워했으며 먹고 싶어 했다. Lim(2005)에 의하면 현재 한국에 거주하고 있는 북한이탈주민들이 직접 조리해서 먹고 있는 북한음식은 찹쌀순대, 국수, 속도전떡, 양배추김치, 오징어순대, 두부 밥, 쌀 만두, 명태순대, 감자떡 등으로 조사되어 연구 대상자들이 그리워하는 북한 음식과 일부 유사하였다. 그러나 본 연구대상자들은 청소년들이라 주로 어머니가 조리를 했기에 조리방법을 잘 몰라 직접 조리해서 먹기가 어려운 실정이다. 식생활습관 변화가 북한이탈청소년들의 우울감, 신체스트레스, 학습스트레스에 정적인 영향을 미친다고 보고되었듯이(Kim et al. 2014), 고향에 대한 그리움이 있을 때 마다 옥수수, 감자 냉면 등을 찾아서 먹는 것은 매우 긍정적인 태도라고 생각된다. 학교에서 북한이탈청소년들의 신체적 정

신적 스트레스를 줄여주는 방안으로 특별활동시간에 북한 음식을 직접 만들어보거나 급식에서 북한 음식을 1주일에 1번 정도 이벤트로 제공해 주는 것도 학생들이 남한에 적응하는데 도움이 될 수 있을 거라 생각된다.

IV. 요약 및 결론

본 연구는 북한이탈청소년들을 대상으로 남한 입국 이전과 이후의 식습관을 조사하고자 질적 연구 방법론을 사용하여 3가지 주제를 도출하였다. 3가지 주제는 과거 북한에서의 식생활 실태, 남한 음식에 대한 새로운 경험 그리고 남한 식생활 적응에 대한 어려움이 있으며 이에 대한 결과는 다음과 같다.

첫째, 북한의 식생활 실태는 2가지 부주제로 나누어져 조사되었다. 일상적인 식생활과 특별한 날의 식생활이었다. 일상적인 식생활에서 북한은 전력량이 부족하여 냉장고 유무와 관계없이 냉장고를 사용하지 못하였으며, 대신 땅에 굴을 파서 식재료를 보관하였다. 또한 대부분의 음식은 오래 보관해서 먹을 수 있도록 간장 또는 소금에 절여 먹었으며 이로 인해 조리법이 한정적이었다. 북한에서 특별한 날의 식생활로 국가기념일, 명절, 운동회, 결혼식, 생일 등이 언급되었다. 명절 풍습은 남한과 비슷하였으며, 다만 가정 형편에 따라 반찬의 가지 수와 어육류, 과일 섭취율이 다른 것으로 조사되었다. 결론적으로 북한이탈청소년들은 북한의 사회 경제적인 상황으로 인해 제한적인 식재료와 조리법으로 입맛이 길들여져 있음을 알 수 있었다.

둘째, 남한 음식에 대한 새로운 경험은 2가지 부주제로 나누어져 조사되었다. 순응도가 낮은 음식과 순응도가 높은 음식으로 나뉘었다. 순응도가 낮은 음식으로 북한에서 접해보지 못했던 채소류(브로콜리, 샐러리 등), 유제품류, 마요네즈가 들어간 드레싱류, 육류로 조사되었다. 순응도가 높은 음식으로 처음 먹어 본 짜장면, 떡볶이, 피자 등이 조사되었으며, 식재료는 낫설지 않지만 조리법이 달라도 순응도가 높은 음식으로 치킨과 잡채가 조사되었다. 따라서 북한이탈청소년들이 순응도가 낮은 음식은 대체적으로 향이 강한 식재료와 느끼한 음식이었으며, 순응도가 높은 음식은 기름을 이용한 튀김, 볶음 요리였다.

셋째, 남한 식생활 적응에 대한 어려움은 3가지 부주제로 조사되었다. 양념 맛의 차이, 원재료 맛의 차이, 고향음식에 대한 그리움으로 조사되었다. 대상자들은 북한에 비해 남한의 된장, 고추장은 직접 집에서 만들지 않고 공장에서 만들어서 맛이 진하지 않고 밋밋하다고 하였다. 또한 남한의 대부분의 음식은 너무 달아서 먹는데 어려움을 호소하였다. 원재료 맛에 대한 차이에서는 채소와 물의 맛을 언급하였다. 북한의 채소, 감자, 옥수수 등은 신선하고 맛이 달지만, 남한의 채소는 맛이 밋밋하다고 하였으며, 북한의 물맛은 시원하고 청량감이 있고 단맛이 나는데 남한의 물맛은 아무 맛이

안 난다고 하였다. 먹고 싶은 고향음식에 대해 녹말국수, 속도전 가루떡, 두부밥, 인조고기밥 등을 언급하였으며, 대신 북한에서 많이 먹던 감자, 옥수수 등을 자주 먹으며, 외식 시에는 맛은 다르지만 북한에도 있는 냉면을 먹는다고 하였다. 따라서 북한과 다른 양념, 낫선 식재료, 조리법 등의 차이로 인해 북한이탈청소년들이 식생활 적응에 어려움을 겪고 있는 것을 알 수 있었다.

결론적으로 북한이탈청소년들은 남한의 청소년들에 비해 평균 신장과 체중이 적어 더 많은 영양요구량이 요구되어지므로(Lee et al, 2011; Concern worldwide 2020) 편식하지 않고 남한의 음식에 잘 적응하고 잘 섭취할 수 있도록 그들의 어려움이 구체적으로 무엇인지 파악할 필요가 있었다. 따라서 본 연구는 성남시 대안학교에 재학 중인 북한이탈북청소년 소수를 대상으로 분석한 결과이므로 모든 북한이탈청소년들을 대표 할 수 없다는 한계점이 있지만, 북한이탈청소년들의 식습관에 대해 이해하고 도움을 줄 수 있는 방안을 마련하는데 기초자료가 된 것에 큰 의미를 두는 바이다. 본 연구를 토대로 북한이탈청소년들이 남한의 식생활에 잘 적응할 수 있는 방안을 마련하여 이에 따른 효과를 평가하는 후속 연구가 이루어지길 바라는 바이다.

저자 정보

이지은(가천대학교 교육대학원 영양교육전공, 석사과정 대학원생, 0000-0002-6715-6427)

엄미향(가천대학교 교육대학원 영양교육전공, 강사, 0000-0002-0700-1001)

계승희(가천대학교 교육대학원 영양교육전공, 교수, 0000-0003-1308-9705)

Conflict of Interest

No potential conflict of interest relevant to this article was reported.

References

- An BM. 2018. The actual situation of North Korea's transportation infrastructure, and the direction of the Korean peninsula transportation network establishment. Planning and policy. Sep:35-41
- An JH, Yun YN. 2010. Current status of North Korean water resources, water supply and demand prospect (1), and the hydrological characteristics and water use of river basins in North Korea. Water for Future, 43(4):17-26
- Bae YD. 2002. Tradition and change of ethnic cuisine through the doenjang. The Korean Folklore, 35:51-78
- Chae OH. 2005. The supply of household appliances and their use. Korean J. Hum. Ecology, 14(4):693-707
- Chang NS, Kang EY, Lee JM, Lee MK. 2000. Anthropometric

- measurements and dietary patterns of North Korean migrant children in china. *Korean J. Nutr.*, 33(3):324-331
- Choi MK, Kim MJ, Kang MH. 2015. Awareness survey on Korean traditional festival food of North Korean defectors living in South Korea. *J. East Asian Soc. Dietary Life*, 25(4):565-573
- Choi SK, Min SJ, Cho MS, Joung H, Park SM. 2011. Anxiety and depression among North Korean young defectors in South Korea and their association with health-related quality of life. *Yonsei Med. J.*, 52(3):502-509
- Choi SK, Park SM, Joung HJ. 2009. Development of a comprehensive health promotion program for North Korean young adult defectors in South Korea. *J. Korean Soc. School Health*, 22(1):73-83
- Division of Training and Development. 2008. North reality seen through the Food Institute of Unification Education Publisher, Korea, pp 32-66
- Go YS, Jeon ER, Jung LH. 2013. The dietary habits and perception of vegetable intake of elementary students in Gwangju and Jeonnam. *J. Korean Soc. Food Sci. Nutr.*, 42(2):223-233
- Han YH. 2010. Influential factor on Korean dietary life and eating behaviour of female marriage immigrants. Master's degree thesis, Hanyang University, Korea, pp 39-41
- Hwang HG. 2019. A study on the estimation of power demand in North Korea. Master's degree thesis, Korea University, Korea, pp 16-21
- Im HJ. 2004. All about water. *J. of Korean Sci. of Water and Wastewater*, 6:166-167
- Institute of North Korean food. 2012. North Korean food, North Korean traditional food research and excavation project. Seoul, Korea, pp 1-228.
- Jung LJ, Song YG, Chung, LN, Choe EO. 2013. Characteristics on lipid and pigments of lotus root, dried laver, and perilla leaf bugak (Korean fried cuisine) made by Korean traditional recipe. *Korean J. Food Cook Sci.*, 29(6):805-814.
- Kim GB, Choi MJ, Kwon YD, Noh JW. 2014. Affecting changes of meal into stress and depression among North Korea Juvenile. *North Korean Stud. Rev.*, 18(2):311-333
- Kim JG, Han MY, Lee DS, Park SA, Kim GH. 2008. A comparative study on environmental policy in South and North Korea. Seoul, Seoul National University Press, Korea, pp. 249-258
- Kim JH, Kim, YS, Kim, Y, Kang MS. 2013. Fruit and vegetable consumption and factors affecting fruit and vegetable consumption of school children and adolescents: findings from focus-group interviews with school nutrition teachers and nutritionists. *Korean J. Community Living Sci.*, 24(4):567-581
- Kim MJ, Jeong HS. 2011. Study on dietary habits of North Korean refugees. *J. East Asian Soc. Dietary Life*, 21(1):1-13
- Kim SH. 1996. The changes of housework following the introduction of household technology: Centering on household capital goods invited by modern scientific technology. Doctoral degree thesis, Seoul National University, Korea, pp 20-24
- Kwak GJ, Kim HR, Park SY. 2008. A study on the physical growth, psychological development, and welfare service needs of North Korean children and adolescents living in South Korea. Material linked to the National library of Korea, 2:1-115
- Lee EJ, Pei YQ, Kim EM. 2013. Survey of the adaptation and preference for South Korean food in North Korean refugees. *Culi. Sci. & Hos. Res.*, 19(2):93-110
- Lee I, Park H, Kim Y, Park H. 2011. Physical and psychological health status of North Korean defector children. *J. Korean Acad. Child Health Nurs.*, 17:256-263
- Lee KE, Hong WS, Kim MH. 2005. Students' food preferences on vegetarian menus served at middle and high schools. *J. Korean Diet. Assoc.*, 11(3):320-330
- Lee SK. 2017. North Korean children: nutrition and growth. *Ann. Pediatr. Endocrinol. Metab.*, 22(4):231-239
- Lee YJ, Kim KM, Kim MJ, Kim YK, Song JE, Lee YS et al. 2016. Development and evaluation of family life education program for North Korean defector adolescents in South Korea. *J. Korean Home Economics Education Association*, 28(1):41-57
- Lim EC. 2016. An analysis of the determinants of rich-poor gap between regions in North Korea. *Unification Probl. Res.*, 28(2):91-126
- Lim SC. 2005. The reality of North Korea based on dietary life. Institute for Unification Education. Korea, pp 7-8, 42-46.
- Ministry of unification. 2017. Unification white paper. Ministry of unification Korea, pp 156-199
- Ministry of unification. 2020. Unification white paper. Ministry of unification Korea, pp 147-170
- National Editorial Writing. 2003. How do people live in the north? Sunin Book, Korea, pp 73-75
- Park GY. 1970. Direction of Korean agricultural development. Christian Home & Family Life Association in Korea, Apr:31-37
- Park MS, Lee JN. 1999. Difficulties of North Korean families in adaptation to South Korea and countermeasures, *International J. Korean Unification Stud.*, 17:3-73
- Park SH, Lee TG. 2010. Investigation of the preferred taste of water of Keimyung University Students. *J. Nakdong River Environmental Res. Inst.*, 14(1):87-96
- Park YS, Rhee KC, Lee KY, Rhee EY, Yi SH, Kim DN. 1999. Dietary living in North Korea according to the defectors. *Korean J. Community Nutr.*, 4(1):64-73
- Van Kaam, A. 1969. Existential Foundations of Psychology. Doubleday, USA, pp 1-369
- Concern Worldwide. 2020 Global Hunger Index (GHI). <https://www.globalhungerindex.org/>, [accessed 2020. 11. 20]
- Food and Agriculture Organization of the United Nations. World Food Programme 2011. Available from: <http://www.fao.org/>, [accessed 2020. 11. 20]

Ministry of Unification. 2019. Current status of North Korean refugee entry. Available from: <https://www.unikorea.go.kr/>, [accessed 2020. 11. 20]

United Nations Children's Fund (UNICEF). 1998. World Food Program. Nutrition survey of the Democratic People's Republic of Korea. Report by the EU, UNICEF and WFP of a study undertaken in collaboration with the Government to DPRK. Available from: <http://www.wfp.org/>, [accessed 2020. 11. 20]

United Nations Children's Fund (UNICEF). 2012. Democratic

People's Republic of Korea final report of the national nutrition survey 2012. Available from: <https://www.ncnk.org/>, [accessed 2020. 11. 20]

United Nations Children's Fund (UNICEF). 2017. Situation analysis of children and women in the Democratic People's Republic of Korea-2017. Available from: <https://www.unicef.org/>, [accessed 2020. 11. 20]

Received January 11, 2021; revised February 16, 2021; accepted February 28, 2021