

都市主婦들의 食生活管理에 對한 實態調查

食品營養科

助 教 授 鄭 玉 信

I. 緒 論

우리나라 主婦들은 食生活의 管理에 대하여 깊은 關心과 研究가 대체로 未洽한 편이었으나 近間에 와서 國民所得이 점차 높아짐에 따라 食生活管理에 대한 必要성과 그 重要性을 점차 認識해가고 있는 것 같다. 물론 食生活의 變化는 衣나 住와 같이 눈에 띄게 變遷하지는 못하고 있는 實情이지만 그 內容이나 認識度에는 많은 變모가 나타나고 있지 않느냐 생각되어진다.

主婦들이 食生活의 管理에 대하여 깊은 關心과 細心한 研究를 거듭하고 實踐에 옮김으로서 家族의 健康管理은 물론 國民의 體位·體力'을 向上시키는 일이 될 것이다. 뿐만 아니라 計劃的이고 合理的인 食生活管理는 家計運營에 있어서도 生産的인 結果를 갖어올 것이므로 결코 소홀히 取扱할 수 가 없을 것이다.

本稿에서는 우리나라 主婦들에게 오랜동안 踏習되어지고 있는 食生活管理의 實態가 어떠한가를 調査해 보기 위하여 主婦들이 實行하고 있는 食生活計劃, 食品購入, 衛生處理, 調理 및 營養에 대한 關心度를 分析해 봄으로써 그 問題點을 밝혀 主婦들로 하여금 食生活管理와 改善에 도움이 될 수 있는 한 資料가 되고자 한다.

II. 調 查 方 法

1. 調 查 對 象 및 方 法

光州市內에 거주하는 主婦들을 對象으로 하였고 主婦들의 고른 分布와 표집을 위해 中高等學校 專門學校를 무작위 추출법에 의해 선정 500명을 對象으로 設門紙를 배부하여 어머니가 응답토록 했다. 그중에서 350매가 회수되었으나 30명은 무응답자로 나타나 제하고 320명을 대상으로하여 分析하였다. (學校別 對象者 305명, 年齡別 對象者 320명)

2. 調 查 實 施 期 間

調 查 期 間: 1978년 4月 17일부터 4月 29일까지

Ⅲ. 調査對象者의 性格

1. 응답자 320명 가운데 學力別, 年齡別 구별은 <표1>과 같다.

Table 1-1. Distribution Based on Scholarly Attainments

수 \ 학력	국졸	중졸	고졸	대졸	대원졸	계
N	06	101	106	33	5	305
%	19.7	33.1	34.8	10.8	1.64	100

Table 1-2. Distribution Based on one's Age

수 \ 나이	20대	30대	40대	50대	계
N	33	93	16.8	26	320
%	10.3	29.1	52.5	8.1	100

학력별 分布는 <표1-1>과 같이 國, 中, 高, 大, 大院으로 區分하였다. 가장 많은 分布는 高卒이 34.8%로 높고, 다음이 中卒 33.1%, 國卒 19.7%, 大卒 10.8%, 大學院卒이 1.6%의 分布를 보이고 있다. 또한 응답자의 年齡別 分布는 <표1-2>와 같이 40대(52.5%)가 가장 많은 分布를 보이고 있다.

2. 學力에 따른 家族數의 分布는 <표2>와 같다.

Table 2. Members of Family

구분 가족수	학 력 별											
	국 졸		중 졸		고 졸		대 졸		대 원 졸		계	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
2명					5	4.7	2	6.0			7	2.3
3명	2	3.3	1	1.0	8	7.5	1	3.0			12	3.9
4명	3	5.0	3	7.9	22	20.8	5	15.2	2	40.0	40	13.1
5명	5	8.3	19	18.8	29	27.3	8	24.2	1	20.0	62	20.3
6명	12	20.0	21	20.8	22	20.8	5	15.2			60	19.7
7명	17	28.4	19	18.8	20	18.9	7	21.2	2	40.0	65	21.3
8명이상	21	35.0	33	32.7			5	15.2			59	19.3
계	60	100	101	100	106	100	33	100	5	100	305	100

〈표2〉에서와 같이 가족의 數는 평균 5~6명 이며, 5명이상이 전체의 80.6%를 차지 하고 있다. 그중 國卒, 中卒은 8명 以上の 家族과 生活한다는 比率이 제일 높고, 高卒, 大卒은 5명(27.3%, 24.2%), 大院卒은 4, 7명(40%)과 同居 한다는 것으로 나타났다.

IV. 結果 및 考察

1. 食生活計劃에 對한 關心度

1) 食生活豫算計劃 및 實行에 對한 態度

家計를 合理的으로 運營하기 위해서는 豫算生活이 必要하며 또한 食事計劃에서 食生活費 豫算을 세우고 그에 따라 市場調査를 하고 食品을 選擇하고 購賣하는 것이 바른 食生活管理²⁾이다. 이에 主婦들이 어떠한 態度를 갖느냐에 따라 家族의 健康의 方向이 달라지리라 생각한다.

Table 3-1. Budget Plan for Living Expenses

구분 내용	학 력 별											
	국 졸		중 졸		고 졸		대 졸		대학원졸		계	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
세운다	20	33.3	39	38.6	41	38.7	15	45.5	1	20.2	116	38.1
세우지 않는다	17	28.3	13	12.9	15	14.2	10	30.3			55	18.0
때에따라세운다	18	30.0	45	44.6	48	45.3	8	24.2	4	80.0	123	40.3
생각해본적없다	5	8.4	4	3.9	2	1.8					11	3.6
계	60	100	101	100	106	100	33	100	5	100	305	100

Table 3-2. Budget Plan for Living Expenses

구분 내용	년 령 별									
	20대		30대		40대		50대		계	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
세운다	11	33.3	49	52.7	73	43.5	13	50.0	146	45.6
세우지 않는다	13	39.4	7	7.5	28	16.6	2	7.7	50	15.6
때에따라 세운다	9	27.3	37	39.8	63	37.5	11	42.3	120	37.5
생각해 본적 없다					4	2.4			4	1.3
계	33	100	93	100	168	100	26	100	320	100

Table 4-1. The Measure of Practice Toward the Budget Plan

구분 내용	학 력 별											
	국 졸		중 졸		고 졸		대 졸		대학원졸		계	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
실행한다	23	38.3	68	67.3	70	66.0	8	24.2	1	20.0	170	55.7
실행하지 않는다	15	25.0	3	3.0	7	6.6	3	9.1			28	9.2
중도에 그친다	13	21.7	24	23.8	25	23.6	20	60.6	4	80.0	86	28.2
생각해본적 없다	9	15.0	6	5.9	4	3.8	2	6.1			21	6.9
계	60	100	101	100	106	100	33	100	5	100	305	100

Table 4-2. The Measure of Practice Toward the Budget Plan

구분 내용	년 령 별									
	20대		30대		40대		50대		계	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
실행한다	18	54.5	58	62.4	103	61.3	17	65.4	196	61.3
실행하지 않는다	4	12.1	8	8.6	12	7.2	5	19.2	29	9.1
중도에 그친다	9	27.3	25	26.9	38	22.6	3	11.5	75	23.4
생각 해본적 없다	1	6.1	2	2.2	15	8.9	1	3.9	20	6.3
계	33	100	93		168	100	26	100	320	

Table 5. The Ratio of Outgo Against a Monthly Income in Dietary Life

(단위: 원)

구분 식생활비	월 수 입															
	5~8 만 원		9~12 만 원		13~16 만 원		17~20 만 원		21~25 만 원		26~30 만 원		30만원 이상		계	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1~2만원	20	41.6	5	6	2	4	2	3							29	9.1
3~4만원	25	52	44	56	16	31	16	22	7	19					108	33.7
5~7만원	3	6.25	28	35	27	53	30	41	16	43	6	30	3	25	113	35.3
8~10만원			2	3	6	12	25	34	11	29	8	40	5	41	57	17.8
10~15만원									3	8	6	30	2	17	11	3.4
15~20만원													2	17	2	0.7
계	48	100	79	100	51	100	73	100	37	100	20	100	12	100	320	100

〈표3〉은 食生活豫算 計劃을 세우느냐의 質問에 對해 學力別과 年齡別로 比較한 것이다. 學力別로 「예산을 세운다」는 主婦가 全體의 38.1%로 學力이 높아질 수록 比率이 높은 傾向이다. 「때에따라 세운다」가 40.3%, 「생각해 본 적이 없다」는 36.0%, 「세우지 않는다」는 18.0%의 分析値를 보이고 있다. 內容別중 「세우지 않는다. 생각해 본적없다」는 主婦는 國卒이 36.7%로 가장 높고 다음은 大卒로 30.3%, 中卒은 16.8%, 高卒은 16.0%의 分布를 보이고 있다. 이러한 內容의 分析으로 보아 豫算計劃에 對한 態度는 學力과 無관함을 나타내고 있다. 또한 年齡別로는 「豫算計劃을 세운다」는 主婦는 20대가 33.3%, 30대가 52.7%로 가장 높은 分布를 보이며 40대는 43.5%, 50대는 50.0%의 比率을 나타내고 있다. 內容別중 「세우지 않는다. 생각해 본적없다」는 응답자중에 20대는 39.4%, 30대 7.5%, 40대 19.0%, 50대 7.7%로 응답하고 있다. 특히 젊은층이(20대) 「하지 않는다」라는 答에 높은 分布를 보이고 있는 것은 頗 유감스러운 일이다. 食生活改善은 젊은층의 積極적인 關心과 實踐이 따르므로서 더욱 많은 발전을 기할 수 있을 것이다.

豫算計劃에 對한 實行度는 〈표4〉와 같다. 學力別 內容에서 「實行한다」가 全體의 55.7%로 가장 높고 그중 中卒이 67.3%, 高卒이 66.0%로 높은 分布를 보이며 다음은 國卒이 38.3%이며 大卒, 大院卒은 낮은 分布를 보이고 있다. 「중도에 그친다」는 主婦는 全體의 28.2%이며, 大院卒이 80%로 가장 높고 다음이 大卒의 順序로 나타나고 있다. 即, 學力이 높을수록 中도에 그친다는 分布度가 높은 것은 理論과 實生活이 一致하지 못한 것이라 생각한다. 「實行하지 않는다. 생각해 본적없다」는 主婦는 全主婦의 16.1%며 그중 國卒은 40%로 가장 높은 分布를 보이고 中卒에서부터 大卒까지는 비슷한 分布를 나타내고 있다. 年齡別로 比較할때 20대 主婦중 「實行한다」가 54.5%이며 30대 62.4%, 40대 61.3%, 50대 65.4%로 젊은층 보다 中年층으로 갈수록 實行하는 意慾이 強함을 보이고 있다. 「實行하지 않는다」는 主婦는 20대와 50대가 各各 12.1%와 19.2%로 30, 40대에 비해 높은 傾向이며 「중도에 그친다」는 층은 젊은층 일수록 응답자가 많으며 「생각해 본적없다」는 계층은 40대가 8.9%로 다른 계층에 비해 약간 높은 比率을 나타내고 있다. 이로부터 食生活計劃에 對한 實行度에 主婦들은 많은 關心을 表明하고 있으나 실제 生活에 있어서는 實踐하는 意慾의인 態度가 缺如 되어있다.

家計費目 豫算計劃중 가장 큰 比重을 차지하고 있는 內容을 보면(표생략) 教育費가 55.2%, 食生活費 34.4%, 住居光熱費 3.6%, 被服費 3.6%, 醫療費 1.0%, 交際費 1.0%, 教養娛樂費 0.6%, 交通通信費 0.6%의 分布를 나타내고 있다. 月收入에 對해 純粹한 食生活費는 대체적으로 5~7만원으로 全體의 35.3%이며, 다음은 3~5만원으로 33.7%의 分布를 나타내고 있다. 〈표5〉는 月收入에 對한 食生活支出費이다.

2) 食單管理에 對한 態度

(1) 食單作成有無

Table 6-1. Attitude for Making a Menu

구분 내용	학 력 별											
	국 졸		중 졸		고 졸		대 졸		대 원 졸		계	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
작성한다	7	11.7	12	11.9	17	16.0	5	15.2			41	13.4
작성하지않는다	20	33.3	33	32.7	20	18.9	8	24.2			81	26.6
때에따라작성한다	22	36.7	44	43.5	54	51.0	19	57.6	4	80.0	143	46.9
생각만해본다	11	18.3	12	11.9	15	14.1	1	3.0	1	20.0	40	13.1
계	60	100	101	100	106	100	33	100	5	100	305	100

Table 6-2. Attitude for Making a Menu

구분 내용	년 령 별									
	20대		30대		40대		50대		계	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
작성한다	5	15.2	11	11.8	28	16.7	2	7.5	46	14.4
작성하지 않는다	11	33.3	23	24.7	43	25.6	9	34.8	86	26.9
때에따라 작성한다	14	42.4	45	48.4	77	45.8	8	30.8	144	45.0
생각만 해본다	3	9.1	14	15.1	20	11.9	7	26.9	44	13.8
계	33	100	93	100	168	100	26	100	320	100

대개의 食事に 있어서 家族의 營養과 經濟, 衛生등을 고려하여 食品의 量과 質을 정하고 選擇하여 그것을 어떠한 方法으로 調理해야 하는가를 具體적으로 計劃세우는 것을 食單作成이라한다.³ 이에 主婦들은 食單에 對해 어떠한 態度를 갖는가를 알기위해 內容別로 <표 6>과 같이 分類했다. 學力別로는 「작성한다」는 比率은 13.4%로서 國卒과 中卒은 비슷한 分析値로서 낮은 分布를 보이며, 高卒과 大卒은 약간 상승된 比率을 나타내고 있다. 「作成하지 않는다」는 比率은 26.6%로 學力이 낮을 수록 높은 分布를 보이며 學力이 높을 수록 낮아지는 傾向이다. 「때에 따라 作成한다」는 比率은 46.9%로 學力이 높을 수록 그 比率이 높다. 「생각만 해본다」는 比率은 13.1%로 大學院卒이 20.0%, 다음은 國卒로서 18.3%의 分布를 보이고 있다. 이로부터 食單을 作成한다는 比率보다 「하지 않는다. 때에 따라 作成한다. 생각만 해본다」라는 比率이 꽤 높히 차지하고 있다. 大體的으로 學力이 높을 수록 學校教育을 통한 知識을 利用 實踐하려는 意慾이 學力이 낮은층보다 약간 높은 傾向을 보이고 있다.

年齡別 分布에서도 역시 「作成한다」는 층은 20대와 40대가 약간 높은 分布를 보이고 있으나 「作成하지 않는다. 때에 따라 作成한다. 생각만 해본다」라는 높은 比率은 學力別과

비슷한 分布이다. 이로서 科學的인 分析과 計劃보다 「적당히」 食單管理를 한다는 것을 알 수 있다.

(2) 食單作成이 必要한가라는 (표생략) 질문 內容에 있어서 「必要하다」가 77.8%로 必要性은 認定하지만 作成하는 面에 있어서는 낮은 傾向을 보이고 있다. 또한 「잘 모르겠다」가 11.6%, 「必要없다」가 10.6%로 나타나며 學力이 낮을 수록 높은 比率이며 (國卒 13.4%, 中卒 15.8%, 高卒 6.6%) 年齡別로는 20代가 12.2%, 30代가 11.9%, 40代는 9.6%, 50代는 11.5%로 젊은층과 老年層의 比率이 높다. 또한 食單利用與否를(표생략) 學力別, 年齡別로 區分해 보면 다음과 같다. 食單을 利用한다는 學力別 階層은 大卒이 27.3%로 가장 높고 다음은 高卒이 21.7%, 大卒은 20.0%, 中卒은 18.8%, 國卒은 6.7%의 分布이다.

이는 學力이 높을 수록 利用한다는 比率이 높은 것으로 나타나고 있다. 「利用하지 않는다」는 全體의 49.8%로 國卒이 73.3%로 가장 높은 分布를 보인다. 學力이 낮을 수록 利用하는 率이 적은것으로 나타나고 있다. 모든 主婦들이 大部分 作成은 해보지만 利用하는 面이 不足한 狀態에서 食事準備를 하고 있는 實情이다. 年齡別로는 「利用한다는 층은 30代 40代가 19.4%~19.6%로 다른 階層에 비해 높고 利用하지 않는다는 階層은 50代와 20代 (66.6%, 57.7%)가 가장 높은 比率을 보인다.

(3) 하루의 食事計劃에 對한 態度는 <표7>과 같다. 大部分의 主婦들은 食單을 作成해보

Table 7. Attitude to Prepare a Meal

구분 내용	학 력 별											
	국		중		고		대		대 원		계	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
식단에 의한다	1	1.7	8	7.9	12	11.3	2	6.1			23	7.5
시장에 가보고 적당히 구입한다.	38	63.3	48	47.5	55	51.9	22	66.6	5	100	168	55.1
그날 기분에 따라한다.	2	3.3	7	6.9	2	1.9	2	6.1			13	4.3
경제에 맞추어 결정한다.	19	31.7	38	37.6	37	34.9	7	2.7			101	33.1
계	60	100	101	100	106	100	33	100	5	100	305	100

구분 내용	년 령 별									
	20대		30대		40대		50대		계	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
식단에 의한다	2	6.1	9	9.7	10	6.0	3	11.5	24	7.5
시장에 가보고 적당히 구입한다.	20	60.6	46	49.5	96	57.1	13	50.1	175	54.7
그날 기분에 따라한다.	3	9.1	3	3.2	4	2.4	3	11.5	13	4.0
경제에 맞추어 결정한다.	8	24.2	35	37.6	58	34.5	7	26.9	108	33.8
계	33	100	93	100	168	100	26	100	320	100

고 食單의 必要性은 認定하지만 食事を 미리 計劃하지 않고 食事때가 가까워지면 計劃없이 食品을 購入하고 즉흥적인 食單을 作成해보고 經驗에 의한 食單을 만들어서 生活하고 있다.⁴ <표7-1>에서와 같이 하루의 食事計劃을 세우는 主婦는 7.5%이나 安²의 調査에서는 22.1%로 本調査보다는 높은 傾向을 보이고 있다. 「시장에 가보고 적당히 購入한다」가 55.1%로 가장 높은 分布를 보이고 있다. 이를 學力別로 區別하면 大學院이 가장 높고 (100.0%), 다음이 大卒(66.6%), 國卒(63.3%)의 순위로 보아 學力과 무관한 것으로 나타나고 있다. 「기본에 따라 計劃한다」는 主婦는 4.3%, 「經濟에 맞추어 計劃한다」가 33.1%의 分布이며, 年齡別로는 「食單에 의해서」라는 階層은 50代가 가장 높고 「시장에 가보고 購入한다」는 階層은 20代가 60.6%로 높은 分布를 보이고 있고 다음은 40代와 50代의 순위로 나타나고 있다. 「그날 거분에 따라서」는 50代가 11.5%로 약간 높고 「經濟에 맞추어서」라는 層은 30, 40代가 높은 傾向이다. 이러한 모순된 食事態度를 止揚해야 할 것이며, 主婦들의 積極적인 態度와 關心이 必要할 것이다.

(4) 食單을 計劃할 때 重点을 두는 部分은 <표8>과 같다. 內容別의 全體的인 比率은 學力이나 年齡으로 볼 때 그다지 큰 차이가 없이 고른 分布를 보이고 있다.

Table 8. Parts to Lay Great Emphasis on Planning a Menu

구분 내용	학 력 별											
	국		중		고		대		대 원		계	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
기호부분	7	11.7	31	30.7	30	38.3	11	33.3			79	25.9
경제부분	21	35.0	18	17.8	17	16.0	2	6.1	2	40.0	60	19.7
영양적인 부분	16	26.7	33	32.7	29	27.4	8	24.2			86	28.2
제절식품 부분	16	26.7	19	18.8	30	28.3	12	36.4	3	60.0	80	26.2
계	60	100	101	100	106	100	33	100	5	100	305	100

구분 내용	년 령 별									
	20대		30대		40대		50대		계	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
기호부분	13	39.4	18	19.4	45	26.8	6	23.1	82	25.6
경제부분	5	15.2	30	32.3	30	17.9	7	26.9	72	22.5
영양적인 부분	4	12.1	32	34.4	43	25.6	8	30.8	87	27.2
제절식품 부분	11	33.3	13	14.0	50	29.8	5	19.2	79	24.7
계	33	100	93	100	168	100	26	100	320	100

國卒은 經濟部分에 35.0%, 中卒은 營養部分에 32.7%, 高卒은 嗜好部分에 38.3%, 大卒, 大院卒은 季節食品部分에 36.4%, 60.0%로 各各 重点을 두고 있다. 學力別 全體의 重点 部分은 營養으로서 28.2%의 分布를 보이고 있다. 또 年齡別로는 20代는 嗜好部分, 30代, 50代는 營養部分, 40代는 季節食品部分에 重点을 두고 있다. 年齡別 역시 全體의 比率로는 營養部分에 重点을 두고 있다. 食事의 본래 目的은 健康維持, 體位, 體力向上을 도모하기 위해 營養을 攝取하는데 있으므로 食單作成을 가장 重視하고 있다. 이로부터 主婦들이 營養에 重点을 두고 있는 것은 바람직한 일이다.

(5) 飲食을 만들때 食口中 누구를 中心하여 만드느냐의 設問에(표생략) 學力別, 年齡別 모두 家族全體를 中心하여 만든다는 比率이 67.9%로 가장 높은 比率을 보이고 있다. 다음은 「男便」을 中心한다가 18.0%나 나타나고 있다. 이는 家庭의 오랜 傳統의 生活習性에 의해 家長을 위주로 飲食準備'를 하게되므로서 이루어진 요인이라 생각한다. 學力別에서는 別차이 없이 비슷한 比率을 보인다. 年齡層에서는 20代 主婦가 24.3%로 다른 階層에 비해 높은 傾向이며 比較的 結婚年數가 짧은 主婦일 수록 男便中心的이라는 응답이다. 「子女를 中心한다는 比率은 10.7%로 學力이 낮을 수록 높고, 年齡階層은 中年일 수록 높은 比率이다. 「父母」를 中心한다가 2.4%, 「主婦」 자신이라고 응답한 主婦는 內容別中 가장 낮은 比率(1.0%)을 보이고 있다. 食事を 準備하기 위한 姿勢로서는 「혼자서 생각하면서」가 55.3%로 1976年 張³의 調査(41,54%)와 마찬가지로 가장 높은 分布를 보이고 있다. 다음은 「메스콤」을 통해(15%), 「책」을 통해(15%), 「外食」을 통해(7.5%), 「料理講習」을 통해(7.2%)서라는 응답순이었다. 家庭의 단란은 食事時間을 통해 이루어지고 있다. 이것이 바로 人間의 文化生活의 첫 걸음이 될 것이며 또 對話를 통해 愛情의 交換이나 希望의 設計를 할 수 있는 機會가 된다.⁴ 이로서 主婦들은 食生活의 重要性을 考慮해야 할 것이다.

2. 食品購入 및 衛生에 對한 關心度

1) 食品購入을 위한 姿勢中 <표9>는 食品의 購入處에 對한 內容이다. 學力別로는 「市場」을 택하는 主婦가 68.3%로 가장 높은 比率을 보이고 「슈퍼마켓」은 15.4%, 「가까운 상

Table 9. Place of Purchasing Food

구분 내용	학 력 별															
	국		중		졸		고		졸		대		원		계	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
시장	47	78.4	68	67.3	66	62.3	23	69.7	4	80.0	208	68.3				
슈퍼마켓	5	8.3	17	16.7	20	18.9	5	15.2			47	15.4				
가까운 상점	5	8.3	7	6.9	13	12.2	2	6.1	1	20.0	28	9.1				
도매시장	3	5.0	9	8.9	7	6.6	3	9.0			22	7.2				
계	60	100	101		106	100	33	100	5	100	305	100				

구분 내용	년 령 별									
	20대		30대		40대		50대		계	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
시 장	23	69.7	60	64.5	119	70.9	21	80.8	223	69.7
슈퍼마켓	5	15.2	20	21.5	22	13.1	2	7.7	49	15.3
가까운 상점	4	12.1	6	6.5	16	9.5	3	11.5	29	9.1
도매시장	1	3.0	7	7.5	11	6.5			19	5.9
계	33	100	93	100	168	100	26	100	320	100

점」은 9.1%, 「都賣市場」을 利用하는 主婦는 7.2%로 購入處에 對한 態度는 學力과 無關하게 나타났으며, 年齡別 역시 市場이라고 응답하고 있는 主婦는 69.7%로 學力別과 비슷하며 그중 50代 主婦가 가장 많이 市場을 購入處로 擇하고 있다. 다음은 슈퍼마켓으로 30代 主婦가 21.5%로 가장 높은 比率을 보이며, 50代 主婦는 7.7%로 가장 낮은 分布를 보이고 있다. 가까운 商店을 購入處로하는 階層은 20代와 50代이며, 都賣市場을 購入處로 擇하는 主婦는 比較的 적은 分布를 보이고 있다.

食品을 選擇할 때는(표생략) 品質, 價格, 重量, 數量을 꼭 참작하여 選擇한다는 主婦가 60.0%로 學力이 높을 수록(國卒은 15.0%, 中卒 6.24%, 高卒 75.5% 大卒 78.8% 大院卒은 100%) 많은 比率을 보이고 있다. 「價格과 品質」만 참작한다는 主婦는 37.4%이고 그중에서 國卒이 83.3%로 가장 높게 응답하고 있다. 「적당히 選擇한다」는 主婦는 2.6%로 낮은 分布를 보이거나 이런 態度는 止揚해야 할 것으로 생각한다.

2) 食品購入은 누가 하느냐의 內容응답은 <표10>과 같다. 1976년 張⁸⁾의 調査에 의하면 市場보기는 主婦가 한다가 94.4%로 가장 높은 比率을 보이고 있는데 본 調査에서도 學力別, 年齡別, 主婦가 직접 購入한다로 各各 88.5%, 90.0%로 比率을 보이고 있다. 다음은 「食口中」, 「家庭婦」, 「男便」이 食品을 購入한다는 순위이다. 家族의 健康과 經濟的인 節約, 衛生的인 面에서 購賣者는 主婦가 된다는 姿勢는 매우 바람직한 態度라고 할 수 있다.

Table 10. Person of Purchasing Food

구분 내용	학 령 별											
	국 졸		중 졸		고 졸		대 졸		대 원 졸		계	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
주 부	52	86.7	91	90.1	95	89.6	29	87.9	3	60.0	270	88.5
가정부	2	3.3	2	2.0	2	1.8	1	3.0	1	20.0	8	2.6
남 편	1	1.7			1	0.9					2	0.7
식구중	5	8.3	8	7.9	8	7.5	3	9.1	1	20.0	25	8.2
계	60	100	101	100	106	100	33	100	5	100	305	100

구분 내용	20대		30대		40대		50대		계	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
	주부	28	84.9	88	94.6	151	89.9	21	80.8	288
가정부					3	1.8	2	7.7	5	1.6
남편			2	2.2					2	0.6
식구중	5	15.1	3	3.2	14	8.3	3	11.5	25	7.8
계	33	100	93	100	168	100	26	100	320	100

3) 食品購入時에 商標를 確認해야 할 態度로서는(표생략) 「꼭 商標를 確認한다」가 學力別, 年齡別 各各 42.0%, 38.8%로 응답하고 있으며 「確認하지 않는다」는 6.9%로 같은 比率를 보이며 「物件에 따라」가 51.1%, 54.4%로 응답하고 있다. 그중 學力別로 區別한 內容은 「꼭 確認한다」로 答한 階層은 高卒, 大卒이 54.8%, 54.5%, 大院卒이 40.0%, 國卒, 中卒은 28.4%, 32.6%로 學力이 높을 수록 商標를 確認한다는 率이 높음을 나타내고 있다. 「確認하지 않는다」는 階層은 中卒이 61.4%로 나타나고 있다. 年齡別 區分에서는 「꼭 確認한다」는 階層의 主婦는 30代가 44.1%로 약간 높은 分布를 보이며 「確認하지 않는다」는 階層 역시 30代로 나타나고 있으며 「物件에 따라 確認한다」가 50代와 20代가 各各 65.4%, 60.6%로 다른 階層에 비해 높은 比率를 나타내고 있다.

食品에 對한 바른 知識과 觀察能力을 토대로하여 品質이 우수한 食品을 選擇購入할 수 있는 姿勢로서 商標를 確認해 보는 것은 食品을 取扱하는 主婦에게 있어서는 매우 重要한 일이다.

4) 주로 購入하는 副食食品은 野菜類이며(50%) 다음은 肉類(31.9%), 魚類(16.6%), 貝類(0.9%), 卵類(0.6%)의 순위를 나타내고 있다. 이러한 食品들은 「적당한 날짜」에 購入한다가 39.1%로서 가장 높은 比率를 나타내며 「매일한다」는 19.7%, 「計劃한날짜에 購入한다」는 比率은 7.8%에 불과하다. 購入하는 食品의 순위로 보아 食生活의 變化가 漸次的으로 向上되어가는 現象이다. 이로부터 食品을 購入하는 姿勢도 좀더 짜임새 있고, 計劃的인 態度로 지향해야 한다. 또한 食品 보관 場所로서는 냉장고(전기냉장고, Ice Box)라고 對答하는 主婦가 63.44%이고 서늘한 곳이나 倉庫, 기타 라고 대답한 主婦가 36.56%의 分布로 나타나고 있다. 냉장고에 저장된 食品이라도 食品의 變化를 갖어와 消化器系, 傳染病이나 細菌性食中毒이 生길 우려가 있으므로 過信하지 말아야 할 것이며, 특히 Ice Box를 쓸때는 Box를 清潔이 해야 할 것이며 얼음자체에 大腸菌의 汚染으로 인한 피해가 있지 않도록 특별한 關心이 必要하다. 서늘한 곳이나 倉庫에 보관하는 것은 먼지, 쥐, 파리등 의 해로운 動物이나 곤충의 害가 없도록 적절히 처리보관⁶ 해야 한다.

Table 11. Attitude to Handle a Dish Towel and a Chopping Board

구분 내용	학 력 별											
	국 졸		중 졸		고 졸		대 졸		대 원 졸		계	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
매일 소독 한다	14	23.3	40	39.6	40	37.7	14	42.4	2	40.0	110	36.0
1~3일에 한번한다	40	66.7	54	53.5	51	48.1	16	48.5	3	60.0	164	53.8
관심없다	6	10.0	7	6.9	15	14.2	3	9.1			31	10.2
계	60	100	101	100	106	100	33	100	5	100	305	100

구분 내용	년 령 별											
	20대		30대		40대		50대		계			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
매일 소독 한다	13	39.4	31	33.3	61	36.3	9	34.6	114	35.6		
2~3일에 한번한다	20	60.6	61	65.6	97	57.3	15	57.7	193	60.3		
관심한다			1	1.1	10	6.0	2	7.7	13	4.1		
계	33	100	93	100	168	100	26	100	320	100		

Table 12. Attitude to Use a Chopping Board

구분 내용	학 력 별											
	국 졸		중 졸		고 졸		대 졸		대 원 졸		계	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
하나를 가지고 사용한다.	44	73.3	69	68.3	71	67.0	17	51.5	1	20.0	202	66.2
식품별로 나누어 사용	16	26.7	32	31.7	35	33.0	16	48.5	4	80.0	103	33.8
계	60	100	101	100	106	100	33	100	5	100	305	100

구분 내용	년 령 별											
	20대		30대		40대		50대		계			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
하나를 가지고 사용한다.	26	78.8	66	71.0	108	64.3	12	46.3	212	66.3		
식품별로 나누어 사용	7	21.2	27	29.0	60	35.7	14	53.8	108	33.8		
계	33		93		168		26		320			

5) <표11>은 행주와 도마 處理에 關한 內容이다. 행주와 도마는 微生物의 번식이 쉬우므로 철저히 소독하는 것이 급선무인데 도마와 행주의 汚染은 보통 물로 씻거나 洗劑를 使用하는 程度로는 充分히 清潔해 지지않는다.⁶ 반드시 매일 삶거나(행주) 햇볕에 말려 使用하도록 해야한다. 또한 飲食을 담는 食器나 調理器具는 반드시 비눗물로 씻고 끓는물에 消毒하도록 한다. 衛生面에 주의 하지 않으면 食中毒을 일으켜 健康을 해치는 점을 銘心하여 부엌에서의 모든 食品이나 食器 調理器具등을 깨끗이 다루는³ 習慣을 갖도록 해야 한다.

행주와 도마를 「매일 消毒」하므로서 衛生的 處理를 한다는 主婦는 36.0%(學力別)로 二位며 「2~3일에」 한번 한다는 主婦는 53.8%로 一位를 나타내고 있다. 大體的으로 消毒한다는 觀念은 비누로 빨아서 햇볕에(행주) 말려서 使用한다는 概念이 通例로 되어있고, 「관심없다」가 10.2%인데 이러한 態度를 보인다는 것은 家族의 健康에 無關心할 수 있는 原因이 되는 것이다. 學力에 따른 內容에서 매일 消毒한다는 層은 學力이 높을 수록 높은 分布를 보이고 있으며(23.3%→40.0%→36.0%), 關心이 없다는 層은 高卒이 14.2%, 國卒이 10.0%로 學力과 無關하며 2~3일에 한번 한다는 層은 國卒이 66.7%로 높은 分布를 보이거나 이 內容 역시 學力과 關係가 없는것으로 나타나고 있다.

菜蔬類와 肉類를 다룰때 도마 使用에 있어서 <표12-①>과 같이 食品區別없이 하나를 가지고 使用하는 主婦는 學力이 낮은 層이며 (73.3%→20.0%→66.2%) 食品別로 나누어 使用하는 層은 學力이 높을 수록 比率이 높게 나타나고 있다. (26.7%→80.0%→33.8%) 年齡別로는 젊은층일 수록 하나를 가지고 使用하는 率이 많고 食品別로 나누어 使用한다는 層은 中年層일 수록 높은 傾向이다.

6) 한끼의 반찬수는 (국, 김치 제외) 2~3가지(51.3%)의 種類로 가장 많고 다음은 4~6가지 種類(44.5%)를 使用하고 있다. 7가지 以上 種類를 利用하는 主婦는 全體의 分布로 보아 4.35%로 극히 낮은편이나 學力에서는 大卒이 12.1%, 年齡別로는 20代 3.0%, 40代가 4.2%로 7가지 以上の 반찬수를 使用하고 있다. 남은 飲食 處理는 大部分 다시 利用한다는 것이며(51.1% 포생략) 이는 그대로 利用하기 보다는 새로운 料理로 變化시켜 家族의 嗜好에 充足시키고 있다. 버린다는 主婦는 12.5%며 大部分 쓰레기나 수거해 가는 사람에게 處理시키고 있다. 家畜飼料로 利用하는 主婦는 36.4%로 개, 고양이, 닭의 모이로 利用하고 있다.

3. 調理, 營養에 對한 關心度

1) 本調査의 家庭管理面에서 가장 關心이 많은 部分은 子女教育 問題가 75.9%이며 豫算計劃을 세울때도 1位를 차지하고 있다. 그러나 食生活에 對한 關心度는 2.5%로 낮은 分布를 보이거나 豫算計劃을 세울때는 教育費 다음의 順位를 차지하고 있다.

Table 13. Parts to Lay Great Emphasis on Cooking

구분 내용	학 력 별											
	국 졸		중 졸		고 졸		대 졸		대 원 졸		계	
	N	%	%	N	N	%	N	%	N	%	N	%
영 양	23	38.3	44	43.5	45	42.5	12	36.4	4	80.0	128	42.0
맛	37	61.7	52	51.5	54	50.9	20	60.6	1	20.0	164	53.8
색			2	2.0							2	0.6
모 양			1	1.0			1	8.0			2	0.6
별생각 없다			2	2.0	7	6.6					9	3.0
계	60	100	101	100	106	100	33	100	5	100	305	100

구분 내용	년 령 별									
	20대		30대		40대		50대		계	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
영 양	11	33.3	44	47.3	66	39.3	6	23.1	127	39.6
맛	20	60.6	47	50.5	99	58.9	20	76.9	186	58.1
색	2	6.1	1	1.1	1	0.6			4	1.3
모 양			1	1.1	1	0.6			2	0.6
별생각 없다					1	0.6			1	0.4
계	33	100	93	100	168	100	26	100	320	100

〈표13〉은 調理할 때 重点을 두는 것으로는 맛, 營養, 色, 모양의 순위이며 별생각 없이 調理한다는 主婦도 1.7%나 된다. 1976年 金과 추의 調査⁷에서는 營養이 41.8%, 맛이 36.0%로 營養이 높은 分布를 보이고 있으나 本調査에서는 맛이 55.95%, 營養이 40.8%로 반대현상을 보이나 營養에 對한 關心도가 높다는 것으로 評價할 수 있다.

또 〈표8〉에서도 比較的 營養에 關心이 많은 것으로 나타나고 있다. 學力別로는 「營養」에 重点을 둔다는 主婦는 大院卒이 80.0%로 가장 높고 「맛」에 重点을 두는 主婦는 國卒이 61.7%의 分布를 보이고 있다. 「色이나 모양」은 별로 고려치 않고 있으며 「별생각없다」는 主婦는 3.0%이다. 全體的인 內容分析으로 보아 學力과는 無關한 것으로 思料된다. 年齡別로는 「營養」에 30代, 40代, 20代, 50代, 階層의 순위로 營養에 關心도를 表明하고 있으며 그중 30代, 40代가 86.6%의 높은 比率을 나타내고 있다. 「맛」에는 50代, 20代, 40代, 30代의 순위이다.

食事란 營養과 맛이 調和가 되므로서 이루어 지는 것이다. 特히 飲食을 맛있게 하는 요인으로서는 味, 色, 臭, 形이다. 이들은 營養에 직접적인 關係는 되지 않지만 營養攝取를 잘되게 하는데 도움이 되기 때문에 調理할 때는 이점도 고려해야 한다.⁸

2) 調理擔當者는(표생략) 學力別, 年齡別 모두 主婦(94.4%)가 된다고 답하고 있다. 다음은 「家庭婦」가 擔當한다가 2.6%, 기타 食口들中에서 서로 맡은다고 답하고 있다. 調理者는 主婦가 된다고 食品購入者 역시 主婦가 된다는 <표10> 內容과 一致하며 이는 經濟的으로, 愛情的으로 또한 合理的이고 科學的인 管理를 위해서는 매우 바람직한 일이다.

3) 家族의 健康을 위해 營養食을 생각하는 主婦는 學力別로나 年齡別 모두 關心度가 높아 95%며 특히 40代(38.7%), 50代(38.5%) 階層은 젊은 階層보다 높은 分布를 보이거나 學力과는 無關係하게 나타나고 있다. 「별로 생각하지 않는다」는 主婦는 3.1%로 낮은 傾向을 보이는데 40代, 50代에서 至大한 關心을 表明하는 반면에 생각하지 않는 階層도 이 階層의 主婦중에 많다. (4.8%, 3.8%) 學力에 있어서는 學力이 比較的 적은 層에 생각하지 않은 것으로 나타나고 있다. (國卒 8.3%, 中卒 3.0%, 高卒 12.3%)

4) 家族의 偏食에 對한 問題 해결을 위해서는 家族의 嗜好를 調査하여 편중된 食事が 되지 않도록 해야하며 多樣한 調理를 만들어 變化있는 食事を 하므로서 올바른 食習慣이 形成되는 것이다. 이점을 고려하여 主婦들은 특히 成長期의 어린이들의 偏食問題에 關心을 두어 健康의 向上과 올바른 食習慣을 形成하는데 差質이 없도록 努力해야 한다. 學力別 分布에서 偏食에 對한 問題에 「關心이 많다」가 46.2%로(표생략) 學力이 많을 수록 약간 優位를 차지하고 있다. (45.0%→60.0%→46.2%) 「별로 신경쓰지 않는다」가 12.5%로 國卒이 16.7%, 大卒이 15.1%, 中卒이 11.9%, 高卒이 10.3의 分布를 보이는데 大卒이 2位를 차지 한다는 것은 科學的인 知識⁸⁾을 實生活에 應用토록 努力하는 면이 적다는 것이며 약간의 無關心의 所致라 할 수 있다. 年齡別로는 「關心이 많다」라고 對答한 階層은 年齡이 많을 수록 (30→50代, 49.5%→53.8%→45.9%) 고른 分布를 보이고 있으며 20代 젊은 층은 24.2%라는 낮은 分布를 보이고 있다. 「별로 신경을 쓰지 않는다」는 階層은 20代가 30.3%로 높은 分布이며 다음이 40代가 14.9%, 30代 9.7%, 50代 7.7%의 순위를 보이고 있다.

5) <표14>는 어린이 間食準備에 對한 態度이다. 學力別로는 「집에서 만들어 먹인다」가 51.8%로 中卒階層이 가장 높은 分布를 보이며 다음은 大卒, 國卒, 高卒, 大院卒등의 순이다. 學力과 無關係한 傾向이라 思料된다. 다음은 「어린이에게 돈을 주어 사먹도록 한다」가 9.2%로 大院卒이 20.0%로 가장 높고 다음은 國卒, 中卒로 나타나고 있다. 「사다 놓고 먹인다」는 階層은 大卒로(36.4%) 比較的 學力이 높을 수록 主婦自身이 關心하고 있다. 「별로 생각 하지 않는다」의 階層은 國卒과 大院卒이 關心이 적은 것으로 나타나고 있다. 年齡別 階層중 「집에서 만들어 먹인다」는 階層은 20代와 50代로서 낮은 分布를 보이고 있다. 집에서 만들어 준다는 것은 主婦들의 精誠과 아이들이 直接 參與할 수 있는 즐거움과 이를 통해 營養에 對한 바른 態度를 갖도록 하는 좋은 기회가 될 것이다.

比較的 主婦들이 間食에 對한 關心이 많음을 알 수 있다. 「어린이에게」 직접 사먹도록 한다는 階層은 30代와 40代가 많은데 이는 어린 아이들에게 數概念을 理解시키기 위해 또

Table 14. Attitude to Prepare Snacks of Children

구분 내용	학 력 별											
	국		중		고		대		대 원		계	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
집에서 만들어 먹 인다.	29	48.3	60	59.4	50	47.2	17	51.5	2	40.0	158	51.8
어린이에게 돈을주 어 사먹도록 한다.	8	13.3	11	10.9	7	6.6	1	3.0	1	20.0	28	9.2
사다놓고 먹인다.	7	11.7	19	18.8	38	35.8	12	36.4	1	20.0	77	25.2
별로생각하지 않는 다.	16	26.7	11	10.9	11	10.4	3	9.1	1	20.0	42	13.8
계	60	100	101	100	106	100	33	100	5	100	305	100

구분 내용	년 령 별									
	20대		30대		40대		50대		계	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
집에서 만들어 먹인다	11	33.3	58	62.4	90	53.6	9	34.6	168	52.5
어린이에게 돈을주어 사먹도록 한다.	1	3.0	9	9.7	13	7.7			23	7.2
사다놓고 먹인다.	15	45.5	20	21.5	43	25.6	8	30.8	86	26.9
별로생각하지 않는다	6	18.2	6	6.5	22	13.1	9	34.6	43	13.4
계	33	100	93	100	168	100	26	100	320	100

는 귀찮아서라고 응답하고 있다. 그러나 아이들이 돈에 對한 價値판단을 못할 경우 도리어 浪費와 衞生에 對한 習慣만 더욱 尙重할 뿐이고 不良食品에 對한 危險도 많을 것으로 생각된다. 「사다 놓고 먹인다」는 階層은 20代와 50代가 높은 比率이며 「별로 생각하지 않는다」가 50代로서 가장 關心度가 적으며 다음은 20代, 40代, 30代의 순위이다. 또한 間食은 주로 빵, 우유, 비스킷, 과일 種類이며, 어린이들이 擇한 間食은 빵, 사탕, 빙과류, 과자, 튀김등 多樣한 選擇을 하고있다. 어린이를 위한 間食은 어린이 營養에 큰 比重을 차지하기 때문에 選擇에 信重을 기해야 한다.⁹

6) 營養에 對한 知識의 媒介體로는 「調理에 관한 책자」를 通해서가 學力別로는 全體의 29.4%로 가장 많은 媒介體로 되어 있고 그중에서 高卒이 50.1%로 가장 많이 調理에 관한 책을 利用 했으며, 다음 階層은 學力別 差異없이 비슷한 比率(18.83%)을 보이고 있다. 다음은 「子女들을 通해서」가 全體의 23.0로 높은 比重을 차지하고 있으며 國卒이 38.3%, 大卒이 36.4%로 子女들을 通해서라고 答하고 있다. 이로부터 學生들을 통한 營養에 對한 知識도 家庭生活에 받아들여지고 있음을 알 수 있다.

그러므로 家庭生活에 活用할 수 있는 實用的인 教育이 되어야겠고, 指導方法에 있어서도 理論에 그치는 것을 脫皮하여야겠다. 「T.V, 라디오를 通해」서는 18.4%로 가장 많이 利

用하는 層은 中卒(24.7%), 國卒(26.7%)이며 料理講習을 通하여는 16.1%로 學力이 높은 수록 높은 比率을 나타내며 「신문, 잡지」를 通해서는 13.1%로 中·高·大卒의 利用이 많은 것으로 나타나고 있다. 그러나 安²의 調査에 의하면 「TV·신문·잡지」를 通해서는 38.7%로 가장 높은 比重을 차지했고, 알고 있는 知識으로는 35.9%, 專門인 책자를 通하여는 13.4%, 子女를 통한 경우는 3.4%로 本調査와는 반대 현상을 보이고 있다.

年齡別로는 應答한 層은 20代가 57.6%로 으뜸이며, 40代 33.3%, 30代, 50代는 26.9%이며 「子女를 通해서」라고 應答한 者중 40代가 23.8%로 가장 높고 다음은 50代, 30代(19.2%, 17.2%)이며 20代는 3.0%로 나타나고 있다. 「신문·잡지」를 通해서는 젊은층으로부터 中년층으로(18.2%→7.7%→13.8%) 낮아지는 傾向이다. 이는 젊은층일 수록 신문, 잡지를 利用하는 率이 높음을 말해주고, 「TV, 라디오」를 通해서 知識을 얻는다는 층은 50代가 27.0%, 30代가 18.3%, 40代 16.1%, 20代 3.0%의 分布를 보이고 있다. 또 料理講習을 通해서 배운다는 층은 30代가 21.5%로 높고 50代 19.2%, 20代 18.2%, 40代 14.3%의 比率이다. 어떤 內容을 通해서든지 主婦들은 새로운 營養知識이나 調理方法을 배우고자 하는 意慾的인 態度를 보이고 있다. 그러나 媒介體를 통한 知識의 利用은 극히 낮은 傾向이다. 媒介體를 통한 知識의 活用內容은 「반드시 利用한다」가 13.1%, 「가끔 利用해 본다」가 79.4%, 「생각은 해보나 利用하지 않는다」는 7.5%이다.

7) 「5群」의 食品을 分類하여 食品攝取 態度를 分析한 結果(표생략) 거의 먹지 않는 食品으로는 우유(13.5%)의 分布가 높으며 다음은 감자(10.2%)이다. 매일 먹는 食品으로는 곡류(90.8%), 녹색채소(73.4%), 담색채소(79.4%)이며 이들을 제외한 모든 食品攝取는 저조한 現象이나 이들 食品 다음으로는 콩류(20.5%), 우유류(30.5%), 달걀(26.4%) 빠져 먹는 생선(25.9%), 기름(49.2%)등이 다소 攝取되고 있는 食品이다. 2일에 한번 程度에서 가장 많이 攝取하는 食品은 된장(30.5%), 3~5일에 한번 정도는 魚貝類(27.5%), 1주일에 한번 程度의 食品으로는 고기류(34.1%)이다. 이러한 食品攝取 態度로보아 주로 곡류와 채소(주로 배추가 급원이 된다)에 의존하는 食生活을 영위하고 있으며 특히 蛋白質 脂肪, 無機質등의 給源이 되는 食品을 高取하지 못하고 있음을 指摘할 수 있다.

V. 結 論

光州市內에 거주하는 主婦를 대상으로 學歷別(306명), 年齡別(320명)로 나누어 食生活管理에 대한 관심도를 調査分析한 結果 다음과 같은 結論을 얻었다.

1. 食生活의 「예산계획을 세운다」는 主婦의 學歷別 평균은 38.1%, 연령별 평균은 45.6%의 分布를 보이고 있으며 예산계획을 세우나 「실행하지 않는다」는 비율은 학력별 평균 35.3%, 연령별 평균 38.8%의 비율을 보이는 것으로 보아 食生活의 예산계획과 實行하는

態度는 실제 生活에 符合되지 못하고 있으므로 主婦들의 마음자세와 의욕적인 態度가 食生活을 운영하는데 반영되었으면 한다.

2. 食單의 必要性(학력별 평균 77.7%, 연령별 평균 77.8%)을 認定하여 食單을 作成해 보나 利用한다는 主婦는 적은것(학력평균 49.8%, 연령별 평균 51.25%)으로 나타나고 있는데 家族의 健康을 위해서는 食單을 作成하고 利用하는 態度로 指向해야 할 것이다.

3. 하루의 식사계획은 食單에 의한 生活보다 市場에 가보고 적당히 購入하여(55.1%) 生活하는 경향인데 좀더 짜임새 있고 계획적인 식사계획을 세우는 習慣을 갖도록 努力해야 할 것이다.

4. 家庭管理面에서 가장 관심이 많은 部分은 子女教育問題(75.9%)이며 食生活에 대한 관심도(2.5%)는 매우 낮은 경향이다.

5. 調理者는 主婦(94.4%)로서 家族의 健康에 관한 편식문제에 관심을 갖은 계층은 學力이 높고 年齡이 많을 수록 優位를 차지하고 있다.

6. 간식은 집에서 主婦스스로가 만들어(학력별 평균 51.8%, 연령별 평균 52.5%)먹이고 있는데 主婦가 직접 간식에 관여하는 態度는 成長하는 아이들에게 좋은 食習慣을 길러주는 기회가 되는 것이다.

7. 食事 잔기의 반찬수는 국, 김치외에 2~3가지 種類이며 남은 음식의 大部分은 다시 利用(51.1%)하는 경향이나 식후에 남은 음식이 나오지 않도록 計量器를 使用하는 習慣을 갖도록 해야할 것이다.

8. 곡류(90.8%)와 채소(73.4%)를 主로하는 食生活인것으로 보아 蛋白質, 脂肪, 無機質 등의 給源이되는 食品을 高루 取하지 못하고 있음을 알 수 있다. 이는 健康에 심각한 문제점을 招來할 것을 감안하여 主婦들은 食生活管理에 대한 전반적인 검토와 반성이 必要함을 認識해야 할 것이다.

參 考 文 獻

1. 金淑喜, 劉貞烈, 李琦烈, 李盛雨, 韓仁圭, 營養教育 東明社, pp.2~6, p.64 (1976)
2. 安淑子, 대한가정학회지 15권 3호, pp.21~27 (1977)
3. 玄己順, 食生活管理, 教文社, pp.129~131, p.136, p.332 (1976)
4. 이혜수, 玄己順, 食生活管理, 서울대학 방송통신대학, pp.3~7, p.202 (1976)
5. 張明郁, 家庭管理學, 서울대학 학술세미나, p.72, p.89 (1978)
6. 玄己順, 단채급식 修學社, p.96. p.203 (1973)
7. 김기남, 모수미, 子女의 食習慣育成에 미치는 父母의 영향에 관한 調查研究, 영양학회지 9권 1호 pp.34~41 (1976)
8. 許必淑, 調理科學 修學社, pp.2~4 (1977)
9. 玄己順, 低所得 家庭의 食生活 實態調查, 대한가정학회지 합본, pp.866~867 (1968)

Research on the Dietary Management of the Urban Housekeepers

Ok-Shin Chung

Dept. of Food and Nutrition, Seowon Health Junior College

>Abstract<

Research on the method how the housekeepers in Gwangju city manage their diet in their everyday life was carried out from April 17, 1978 to April 29, 1978 with 320 samples.

And I reached the following conclusions.

1. The percentage of those who make a budget for the diet is 38.1% according to the school career and 45.6% according to the age. The percentage of those who carry out their planning is 55.7% according to the school career and 61.3% according the age. And the percentage of those who do not have nor carry out the planning is 35.3% according to the school career and 38.8% according to the age.

2. The percentage of those who plan their menu(13.4% according to the school career, 14.4% according to the age) is higher than that of those who occasionally plan the menu.

3. Daily diet is instantly decided at the market (55.1%) not by the previous planning.

4. What is considered the most important in home management is not dietary problem (2.5%) but the education of the children.

5. Snacks eaten between meals are usually made at home (51.8% according to the school career and 52.5% according to the age).

6. Knowledge on the nutrition is learned through the book dealing with nutrition (29.4%) and through the children (23.0%).

7. Cereals are the primary source of the nourishment (90.8%) and accordingly most of the urban residents are short of foods supplying protein, lipid, and inorganic.

** The differences of percentage between the school career and the age is due to the fact that some respondents didn't check in the school career but in the age, or vice versa.