

농촌초등학생의 식습관 및 식품기호에 관한 연구

전삼녀* · 노희경**

전남 화순군 이양국민학교* · 조선대학교 식품영양학과**
(1998년 2월 접수)

A Study on Eating Habits and Food Preference of Rural Elementary School Students

Sam-Nyeo Jun*, Hee-Kyung Ro**

Yi Yang Elementary School, Hwasoon kun Chunnam*
Dept. of Food and Nutrition, Chosun University, Kwang-Ju, Korea**
(Received February, 1998)

Abstract

This study was undertaken to assess eating habits of 230 rural elementary school students living in ChunNam province. Anthropometric data showed that their mean height of girl students was significantly higher than that of boy students. Irregular eating pattern of girl students was noted. There was a significant difference in concerning on weight control between girls and boys. Girls especially view themselves as too obese even though their weight was in normal range and they were more concerned on weight control due to appearance. Nutrition education at school was an important factor ruling out peaky eating habits in participants. More effective nutrition education might be suggested to form a good eating habit which result in maintenance of ideal weight and promote health for rural elementary school students.

I. 서론

영유아기와 사춘기의 중간에 놓여 있는 학동기 아동들은 골격, 근육, 지방, 혈액 등 체조직이 증대하면서 꾸준한 성장을 지속하여 제2의 급속한 성장과 성적 성숙을 준비한다. 또한 이 시기는 사물을 정확하게 판단하는 인지능력이 성숙하며, 자아개념의 발달이 이루어지는 중요한 시기로 특히 영양과 같은 외적요인에 의해 많은 영향을 받게된다¹⁾. 그러므로 이 시기에 영양적으로 균형있는 식사를 제공하고 올바른 식습관을 형성하는 것은 아동들의 지적, 사회적, 정서적 능력을 향상시킬 수 있으며 나아가 일생동안 건강한 식생활을 할 수 있게 한다.

이와같이 성장과 영양은 밀접한 관계에 있으므로, 다음 세대를 책임질 학동기 아동의 영양관리는 매우 중요하다고 할 수 있다. 또한 이러한 아동들의 건강과

영양상태를 적절하게 유지하기 위해서는 식품기호와 식습관형성에 영향을 미치는 인자들을 파악하는 것이 필요하다. 최근의 영양학적 연구들에서는 대도시의 아동들과 중·고등학교 학생들을 대상으로 한 식습관 및 영양섭취의 실태를 파악하는 연구가 활발하게 이루어지고 있으나^{2,3,4,5)}, 농촌 지역 아동들에 대한 조사연구는 매우 부족한 형편이다.

더욱이 오늘날 급격한 산업화 현상으로 농촌에서는 노동 인력이 도시로 유출됨에 따라 농촌 여성들의 농업 활동이 증가함은 물론, 농촌 여성의 취업 또한 늘어나고 있는 추세이다. 농촌 여성들의 과중한 농업 활동 부담과 취업으로 농촌 가정의 가사기능이 약화되어, 식생활의 중심이 되는 식사관리가 소홀해지면서 농촌 아동들의 결식 및 편식, 영양결핍, 영양방임 등의 문제를 야기하고 있다⁶⁾.

따라서 농촌 지역 아동들의 생활환경에 따른 식습

관 및 영양실태를 파악하고, 그에 대한 대책으로서 적절한 식단 구성 및 영양 공급 그리고 올바른 식습관에 관한 교육이 시급하게 필요한 실정이라고 할 수 있다. 본 연구는 이러한 필요성에 따라, 농촌 지역 아동들을 대상으로 식습관 실태 등을 파악하여 농촌지역 아동과 그 지역 주민들을 위한 영양교육의 기초 자료로 제공하고자 한다.

II. 연구대상 및 방법

1. 연구대상

본 연구는 전남 화순군 농촌지역에 거주하는 초등학교 6학년에 재학중인 학생으로 남자는 114명, 여자는 116명인 230명을 대상으로 1995년 12월에 실시하였다.

2. 조사내용 및 방법

일반환경 및 신체계측

설문지를 이용해 수입, 생활비, 주거형태, 부모교육 수준, 수유방법등 대상자의 개인환경별 특성을 부모의 도움을 얻어 조사하였으며 체중조절에 대한 관심, 식사의 규칙성 여부와 결식, 간식실태, 편식, 식품기호도, 영양지식에 관한 항목을 기록하게 하였다. 신장과 체중은 학교에서 실시한 신체검사 결과를 이용하였으며 신장, 체중을 이용해 Rohrer지수 $[(\text{체중}(\text{kg})/\text{신장}(\text{cm})^3) \times 10^7]$ 를 산출하였다.

통계자료

조사자료는 모든 항목에 대해 빈도수, 백분율, 평균 및 표준편차를 산출했고 각 변인간 통계적 유의성을 분산분석(ANOVA), t-test, χ^2 test를 실시했으며 모든 통계처리는 SAS package program을 사용했다. 유의차 검증은 $\alpha=0.05$ 수준에서 이루어졌다.

III. 결과 및 고찰

1. 조사 대상자의 일반환경

〈표 1〉에서와 같이 조사대상자의 주거형태는 양옥 37.2%, 한옥 30.5%로 단독가옥이 많았으며, 아파트 25.2%, 연립주택 7.1%였다. 부모의 교육수준은 아버지의 경우 대졸 11.8%, 고졸 47.1%, 중졸 28.5%였으며 어머니의 교육수준은 대졸 3.1%, 고졸 37.3%, 중졸 44.1%를 차지하였다. 가족수는 3~4명이 46.1%로 가장 많았

으며 가족 구성으로는 핵가족이 77.2%로 농촌가정에서도 가족구성형태가 점차적으로 도시와 비슷한 양상으로 변화하는 것을 알 수 있었다. 또한 월수입은 100만 원이상이 58.2%이었으며 49만원이하도 12.5%나 되었으며 47.1%의 어머니가 직업을 갖고 있었다. 또한 수유형태는 83.7%의 아동이 어렸을 때 모유를 먹었다.

2. 조사대상자의 신장·체중

조사대상자의 평균신장은 남학생이 $143.8 \pm 6.3\text{cm}$, 여학생이 $146.2 \pm 6.6\text{cm}$ 로 여학생이 남학생보다 2.4cm 커 유의적 차이가 나타났다 ($p < 0.05$). 이 결과는 대부분 소녀들이 10-13세에 신속한 급성장을 시작하고 소년들은 12-15세에 급성장을 하고 있다는 보고와 일치한다⁷⁾. 그러나 평균체중은 남학생이 $37.8 \pm 6.6\text{kg}$, 여학생이 $38.1 \pm 7.0\text{kg}$ 으로 남녀간에 유의적인 차이가 없었다. 이 결과를 춘천에 거주하는 6학년 남학생의 평균신장과 체중 $146.6 \pm 6.88\text{cm}$, $39.2 \pm 8.48\text{kg}$ 과 여학생의 평균신장, 체중 $148.3 \pm 7.72\text{cm}$, $40.5 \pm 10.37\text{kg}$ 과 비교하였을 때 남녀 모두 신장, 체중에서 열세하였다³⁾. 또한 교육부 교육통계연보 자료⁸⁾에서 전국 평균신장, 체중과 비교했을 때 남학생은 신장과 체중이 8.8cm, 5.4kg, 여학생은 신장 7.0cm 체중이 7.3kg이 부족해서 이 지역 아동들의 신체 발달상태가 다른 지역 아동들보다 저조했다.

Rohrer지수 판정에 의한 그룹별 남녀 신장, 체중을 보면 〈표 2〉와 같다. 마른편, 정상, 약간비만, 비만그룹에서는 신장, 체중에서 남녀간에 유의적 차이가 나타나지 않았으나 Rohrer지수가 약간 마른편에 속하는 그룹에서는 남학생의 신장은 $143.3 \pm 5.4\text{cm}$, 여학생 신장은 $146.9 \pm 6.6\text{cm}$ 로 나타나 여학생이 남학생보다 유의적으로 컸으며 ($p < 0.05$) 체중역시 남학생이 $34.2 \pm 4.0\text{kg}$, 여학생이 $36.7 \pm 5.0\text{kg}$ 으로 유의적인 차이가 있었다 ($p < 0.05$). 또한 그룹간의 유의성에 대한 분산분석(ANOVA)결과, 신장은 남녀 모두 그룹간의 차이가 없었다.

3. 체중조절에 대한 관심

체중에 대한 자기인식은 남학생의 51.3%가 정상체중이며 20.4%가 비만, 28.3%가 마른편이라 생각했으며 여학생은 59.6%가 정상, 28.1%가 비만, 12.3%가 마른편으로 인식하고 있어 남녀간에 유의적 차이를($p < 0.05$)나 타냈다(표 3). 실제 Rohrer지수 산정 결과에 따르면 남학생은 43.0%가 정상, 비만형은 16.7%, 40.3%가 마른편에 속했으며 여학생은 정상 34.5%, 비만 12.1% 그외 53.4%가 마른편이어서 실제체중과는 다르게 인식하고

〈표 1〉 조사 대상자의 일반 환경

응답자수(백분율)

항목 구분		남	여	전체
주거 형태	한옥	32(28.8)	37(32.2)	69(30.5)
	양옥	47(42.3)	37(32.2)	84(37.2)
	아파트	26(23.4)	31(26.9)	57(25.2)
	연립주택	6(5.4)	11(9.7)	16(7.1)
	계	111(100)	116(100)	226(100)
아버지의 학력	국졸	13(12.0)	15(13.3)	28(12.7)
	중졸	26(24.1)	37(32.7)	63(28.5)
	고졸	53(49.1)	51(45.1)	104(47.1)
	대졸 이상	16(14.9)	10(8.9)	26(11.8)
	계	108(100)	113(100)	221(100)
어머니의 학력	국졸	17(15.9)	14(12.3)	33(15.0)
	중졸	27(25.2)	55(48.7)	82(37.3)
	고졸	56(52.3)	41(36.3)	97(44.1)
	대졸 이상	7(6.5)	1(0.9)	8(3.6)
	계	107(100)	113(100)	220(100)
가족의 수	2명	3(2.6)	1(0.9)	4(1.8)
	3-4명	71(62.3)	34(29.8)	105(46.1)
	5명	26(22.8)	32(28.1)	58(25.4)
	6명 이상	14(12.3)	47(41.2)	61(26.8)
	계	114(100)	114(100)	228(100)
가족 구성	핵가족	86(77.5)	87(77.0)	173(77.2)
	확대가족	10(9.0)	21(18.6)	31(13.8)
	기타	15(13.5)	5(4.4)	20(8.9)
	계	111(100)	114(100)	224(100)
월 수입	49만원 이하	16(17.0)	9(8.4)	25(12.5)
	50-79만원 이하	15(16.0)	19(17.8)	34(16.9)
	80-89만원 이하	10(10.6)	15(14.0)	25(12.4)
	100만원 이상	53(56.4)	64(59.8)	117(58.2)
	계	94(100)	107(100)	201(100)
어머니의 직업	있다	55(48.7)	52(45.6)	107(47.1)
	없다	58(51.3)	62(54.4)	120(52.9)
	계	94(100)	114(100)	227(100)
수유 방법	모유	85(85)	95(70.4)	180(83.7)
	수유	15(15)	20(18.3)	35(16.3)
	계	100(100)	115(100)	215(100)

있었다. 몸무게에 대해서는 여학생이 47.1%로 33.9%의 남학생보다 관심이 많은 것으로 나타났으며 여학생의 53.4%가 마른 그룹에 속하는데도 남학생보다 체중에 대해 보다 민감한 반응을 보여 자신을 뚱뚱한 체형이라고 인식하고 있었다. 살찌는 것을 원하지 않는 이유는 남학생 59.6%가 활동이 불편해서라고 답한데 비해 여학생은 53.7%가 외모상 살찌는 것을 원하지 않는다고 답해 남녀학생간에 대조적이었다. 이는 많은 다

른 연구에서^{9,10,11)} 여학생이 남학생보다 체중조절에 관심을 보인다고 보고한 것과 비슷했다. 본 연구에서도 사춘기에 접어드는 시기에 있는 여학생이므로 외모를 위해 체중조절에 더 많은 관심을 보인 것으로 사료된다. 그러나 체형에 대한 학생들의 왜곡된 인식으로 영양적인 주요한 문제를 야기시킬 가능성이 내포되어 있으므로 체중관리와 관계된 영양교육이 요청된다.

〈표 2〉 Rohrer지수 판정에 의한 집단간의 신장, 체중

구분	마른편 (91-110)		약간 마른편 (111-120)		정 상 (121-138)		약간 비만 (139-150)		비 만 (151-180)		
신장 (cm)	남	11 ¹⁾	146.1±18.7 ²⁾	35	143.3±5.4	49	144.2±6.0	6	147.4±5.3	13	140.4±7.2
	여	28	145.9±5.5	33	146.9±6.6	40	146.1±8.4	9	146.1±8.4	5	145.2±5.0
	P값	0.972		0.019*		0.192		0.741		0.192	
체중 (kg)	남	11	32.8±3.6	35	34.2±4.0	49	38.4±5.1	6	45.3±5.5	13	46.0±7.3
	여	28	32.4±3.6	33	36.7±5.0	40	39.9±6.0	9	45.3±8.3	5	51.3±5.7
	P값	0.820		0.022*		0.212		0.993		0.167	

1) N=number of subjects

*p<0.05

2) Mean ±S.D.

〈표 3〉 체중조절에 대한 관심도

응답자수 (백분율)

구분		남	여	전체	χ^2 P
자신의 체형에 대해서	똥똥한편	23(20.4)	32(28.1)	55(24.2)	$\chi^2=9.306$ p=0.010
	알맞은편	58(51.3)	68(59.6)	126(55.5)	
	마른편	32(28.3)	14(12.3)	46(20.3)	
	계	113(100)	114(100)	227(100)	
몸무게 조절에 대한 관심	관심이 있다	37(33.9)	56(47.1)	93(41.7)	$\chi^2=13.750$ p=0.001
	그저 그렇다	38(34.9)	45(39.5)	83(37.2)	
	관심이 없다	34(31.2)	13(11.4)	47(21.1)	
	계	109(100)	114(100)	223(100)	
살찌는 것을 원치 않는 이유	외모상	32(29.4)	58(53.7)	90(41.5)	$\chi^2=35.696$ p=0.001
	활동이 불편해서	65(59.6)	23(21.3)	88(40.6)	
	남들이 싫어해서	8(7.3)	24(22.2)	32(14.7)	
	질병이라 생각돼서	4(3.7)	3(2.8)	7(3.2)	
계	109(100)	114(100)	217(100)		

4. 식습관 및 영양지식

1) 식사의 규칙성 여부와 결식

규칙적인 식사와 결식에 대한 조사결과는 〈표 4〉에서와 같이 전체 조사대상자의 54.8%가 식사를 불규칙적으로 한다고 응답했으며 결식학생수는 여학생이 60.9%로 남학생 48.7%보다 많았으며 이는 1991년 이의 연구(60.8%)¹²⁾와 비슷한 경향을 보였다. 결식자중 69.4%가 아침을 결식했으며 21.5%는 저녁을 결식했다. 결식 이유로는 53.8%가 밥맛이 없어서라고 응답했으며 그 다음 35.9%가 등교시간에 쫓겨서였으며 체중을 줄이기 위해서라고 남학생의 10.3%, 여학생의 5.7%가 응답을 해서 이례적이었다. 최근 도시지역에 거주하는 중·고등학생을 대상으로 한 연구에서⁴⁾¹²⁾ '시간이 없어서' 라고 응답했는데 이는 등교시간이 빠르고 계다가

도시지역의 교통혼잡과 관련이 되었으나 본 연구 대상 아동들은 농촌초등학생이어서 결식이유가 다른 것으로 사료된다.

2) 간식실태

대상아동의 76.4%가 하루 1~2회 간식을 했으며 3회 이상 간식을 하는 남학생은 13.2%, 여학생은 20.0%로 전체 아동의 16.6%이었다(표 5). 전혀 안하는 경우에는 남학생은 10.5%였으나 여학생은 3.5%에 불과해 여학생이 간식을 많이하고 있었다. 간식이 식사에 미치는 영향은 전체 아동의 47.5%가 간식으로 인해 식욕이 감소한다고 답했으며 모르겠다고 응답한 학생도 37.7%에 달했다. 간식의 종류로는 남학생 42.6%, 여학생 56.6%가 과자라고 답해 농촌아동들이 간식으로 과자를 많이 이용하고 있었다. 고당질, 고지방을 함유한 Snack식품의

〈표 4〉 식사의 규칙성 여부와 결식

응답자수 (백분율)

구 분		남	여	전체	χ^2 P
식사의 규칙성	규칙적이다	58(51.3)	45(39.1)	103(45.2)	$\chi^2=3.423$ p=0.064
	불규칙적이다	55(48.7)	70(60.9)	125(54.8)	
	계	113(100)	115(100)	228(100)	
식사를 거르는 경우	아침	67(69.8)	62(68.9)	129(69.4)	$\chi^2=0.931$ p=0.628
	점심	7(7.3)	10(11.1)	17(9.1)	
	저녁	22(22.9)	18(20.0)	40(21.5)	
	계	96(100)	90(100)	186(100)	
식사를 거르는 이유	밥맛이 없어서	55(56.7)	44(50.6)	99(53.8)	$\chi^2=4.328$ p=0.228
	등교시간에 쫓겨서	29(29.9)	37(42.5)	66(35.9)	
	식구들이 식사를 안하므로	3(3.1)	1(1.1)	4(2.2)	
	체중을 줄이기 위해	10(10.3)	5(5.7)	15(8.2)	
	계	97(100)	87(100)	184(100)	

〈표 5〉 간식에 대한 실태조사

응답자수 (백분율)

구 분		남	여	전체	χ^2 P
하루의 간식횟수	1-2회	87(76.3)	88(76.5)	177(76.4)	$\chi^2=7.338$ p=0.062
	3회이상	15(13.2)	23(20.0)	38(16.6)	
	전혀 안한다	12(10.5)	4(3.5)	16(7.0)	
	계	114(100)	115(100)	229(100)	
간식이 식사에 미치는 영향	식욕에 별 영향이 없다	19(17.0)	14(12.6)	33(14.8)	$\chi^2=0.904$ p=0.636
	식욕이 감소한다	51(45.5)	55(49.5)	106(47.5)	
	모르겠다	42(37.5)	42(37.8)	84(37.7)	
	계	112(100)	111(100)	223(100)	
간식의 종류	음료수	15(13.9)	7(6.2)	22(10.0)	
	라면	18(16.7)	16(14.2)	34(15.4)	
	과자	46(42.6)	64(56.6)	110(49.8)	
	기타	29(26.9)	26(23.0)	55(24.9)	
	계	108(100)	113(100)	221(100)	

과잉섭취는 열량의 편중을 조장하고 이로인해 정규식사에 영향을 주기때문에 간식의 종류, 분량, 시간을 조절해 건강을 유지하는 식습관을 아동들과 학부모에게 인식시키고 실천하도록 지도함이 바람직하다고 사료된다.

3) 편식에 대한 조사

편식은 65.8% 남학생, 66.7%의 여학생이 음식에 따라 편식을 조금한다라고 응답하였으며 안한다고 응답한 경우는 23.2%이었다. 본 조사 대상 아동들의 편식율은 이의¹³⁾ 초등학교생을 대상으로 한 결과(67.6%)와 장¹⁴⁾ 등의 서울 시내 저소득지역 초등학교생을 대상으로

한 연구결과(63%)와 비슷했다. 가장 싫어하는 식품은 남학생 25.2%, 여학생 46.2%가 콩류라고 응답했으며 다음 육류, 기타 식품으로 나타났다. 또한 전체아동의 61.2%가 편식을 고치려고 노력한다고 응답했다. 환경요인과 편식과의 관계에서는〈표 7〉 소득이 많은 아동들이 편식을 많이 했으나 소득과 편식간에 유의적인 상관관계는 나타나지 않았다. 또한 어머니의 영양교육, 수유방법은 편식유무에 영향을 주지 않았다. 그러나, 학교의 영양교육만이 아동들의 편식 태도에 영향을 주는 것으로 나타났다 (P<0.05). 편식은 여러 연구에서 아동의 영양섭취량과 상관이 있다고 이미 알려져 왔다. 그러므로 학령기 아동들의 바람직한 식습관을 위해서

〈표 6〉 편식에 대한 조사

응답자수 (백분율)

구 분		남	여	전체	χ^2 P
편식여부	안한다	27(23.7)	26(22.8)	53(23.2)	$\chi^2=1.069$ p=0.785
	음식에 따라 조금한다	75(65.8)	76(66.7)	151(66.2)	
	많이 한다	12(10.5)	12(10.5)	24(10.5)	
	계	114(100)	114(100)	228(100)	
싫어하는 식품	과일류	7(6.8)	2(2.2)	9(4.6)	
	콩류	26(25.2)	43(46.2)	69(35.2)	
	곡류 및 감자류	8(7.8)	9(9.7)	17(8.7)	
	육류	12(11.7)	15(16.1)	27(13.8)	
	생선류	19(18.4)	7(7.5)	26(13.3)	
	유제품	8(7.8)	2(2.2)	10(5.1)	
	기타	23(22.3)	15(16.1)	38(19.4)	
	계	103(100)	114(100)	196(100)	
편식에 대한 의지	변함이 없다	34(33)	42(45.2)	76(38.8)	$\chi^2=3.770$ p=0.152
	고치려고 노력한다	68(67)	51(54.8)	120(61.2)	
	계	102(100)	93(100)	196(100)	

〈표 7〉 환경요인과 편식과의 관계

응답자수 (백분율)

구 분	남		여		전체		
	안한다	한다	안한다	한다	안한다	한다	
소득	49만원 이하	5(5.3)	11(11.7)	2(1.7)	7(6.1)	7(3.5)	18(8.9)
	50~79만원	5(5.3)	10(10.6)	5(4.4)	14(12.3)	10(5.0)	24(11.9)
	80~99만원	3(3.2)	7(7.4)	4(3.5)	11(9.6)	7(3.5)	18(8.9)
	100만원이상	8(8.5)	45(47.9)	15(13.2)	56(49.1)	20(9.9)	97(48.3)
	$\chi^2 = 3.72$ P값 = 0.293		$\chi^2 = 1.905$ P값 = 0.670		$\chi^2 = 3.791$ P값 = 0.285		
어머니의 영양교육	받는다	13(11.4)	59(51.8)	20(17.5)	65(57.0)	33(14.3)	126(54.8)
	받지 않는다	14(12.3)	28(24.5)	6(5.2)	23(23.2)	20(8.7)	51(22.2)
		$\chi^2 = 3.43$ P값 = 0.064		$\chi^2 = 0.800$ P값 = 0.670		$\chi^2 = 1.522$ P값 = 0.217	
학교의 영양교육	받는다	10(8.8)	14(12.3)	6(5.3)	14(12.5)	16(6.9)	28(12.2)
	받지 않는다	17(14.9)	73(64.0)	19(16.7)	73(64.0)	36(16.1)	149(24.8)
		$\chi^2 = 5.44$ P값 = 0.020		$\chi^2 = 6.045$ P값 = 0.049		$\chi^2 = 5.44$ P값 = 0.020	
수유형태	우유	6(6)	9(9.0)	6(5.3)	11(9.6)	8(3.7)	27(12.6)
	모유	16(16)	69(69)	29(25.4)	68(67.2)	40(18.6)	140(65.1)
		$\chi^2 = 3.332$ P값 = 0.068		$\chi^2 = 0.194$ P값 = 0.660		$\chi^2 = 0.007$ P값 = 0.934	

는 학교에서 체계적인 영양교육이 필요하다고 본다.

4) 식품기호도

식품섭취 빈도수가 높은 45가지 식품을 열거한 후

그중 좋아하는 식품과 싫어하는 식품을 3가지씩 순서대로 아동들이 선택한 결과는 〈표 8〉과 같다. 가장 좋아하는 식품으로는 남학생은 돼지고기, 쇠고기, 닭고기 순이었으며, 여학생은 돼지고기, 닭고기, 아이스크림 순

〈표 8〉 식품 기호도

응답자수(백분율)

구 분	남			여		
	순위	식품명	응답자수(백분율)	순위	식품명	응답자수(백분율)
좋아하는 식품	1	돼지고기	25(22.3)	1	돼지고기	19(16.5)
	2	쇠고기	18(16.1)	2	닭고기	19(16.5)
	3	닭고기	16(14.3)	3	아이스크림	16(13.9)
싫어하는 식품	1	도라지	12(10.9)	1	소간	15(13.2)
	2	소간	10(9.1)	2	젓갈	7(9.1)
	3	콩	5(4.5)	3	콩	7(4.5)

〈표 9〉 영양지식에 대한 조사

응답자수(백분율)

구 분	정답	χ^2 P
다섯가지 기초식품군	남 69(62.2)	$\chi^2=16.654$ p=0.001
	여 98(86.4)	
	계 167(74.2)	
칼슘이 많이 들어 있는 식품군	남 100(90.1)	$\chi^2=7.793$ p=0.001
	여 112(97.4)	
	계 212(93.8)	
빈혈치료와 관련된 영양소	남 31(27.9)	$\chi^2=1.542$ p=0.001
	여 40(35.7)	
	계 71(31.8)	

이었다. 싫어하는 식품으로는 남학생은 도라지를 가장 싫어했으며 다음 소간, 콩 등으로 나타났다. 한편 여학생은 소간을 가장 싫어했고 다음으로 젓갈, 콩 등을 싫어해서 조사대상자의 식품기호도는 남녀 모두 비슷한 기호경향을 보였다.

이와같이 남녀공통으로 본 조사대상자들은 돼지고기 등의 육류를 가장 선호했으며 한편 철분이 풍부한 소간과 식물성 단백질의 우수한 급원식품인 콩을 싫어했다. 이 연구의 기호도 조사에서 싫어하는 식품과 편식하는 식품이 서로 일치하는 것으로 보아 대상아동들은 싫어하는 식품을 편식하는 것으로 나타났다. 아이들을 대상으로 하는 영양교육과 함께 어머니를 대상으로 아이들의 편식을 교정하고 싫어하는 음식을 좋아하도록 유도하는 다양한 조리법에 대한 영양교육이 필요 하리라 사료된다.

5) 영양지식에 관한 조사

조사대상자의 영양지식에 관한 조사결과는 〈표 9〉에 나타난 바와 같이 정답과 오답으로 분류해 백분율

을 산출하였다. 영양지식 내용중 다섯가지 기초식품군에 대해 남학생 62.2%, 여학생 86.4%로 전체학생의 74.2%가 알고 있었으며 칼슘이 가장 많이 함유된 식품도 전체아동의 93.8%가 바르게 답했으나 빈혈치료와 관계된 영양소를 묻는 질문에서는 여학생의 35.7%, 남학생의 27.9%만이 옳게 답해서 이 부문에 대해 아동들의 이해가 낮았다. 남녀를 비교하였을 때 모든 항목에 대해 여학생이 남학생보다 유의적으로 높은 점수를 보였다(p<0.01).

IV. 요약 및 결론

농촌지역 학동기 아동 230명(남자 114명, 여자 116명)을 대상으로 식습관 및 식품기호를 조사한 결과는 다음과 같다.

1) 대상아의 평균신장은 여학생이 남학생보다 유의적으로 컸으며(P<0.05) Rohrer 지수에 의하면 약간 마른편 그룹에서 신장과 체중이 남녀간에 유의적 차이가 나타났다.

2) 식사의 규칙성은 여학생이 남학생보다 불규칙적이며 69.4%가 아침을 결식했으며 결식아동의 53.8%가 밥맛이 없어서라고 응답했다.

3) 체중에 대한 관심은 여학생이 유의적으로 더 관심을 보였다. 자신의 체형에 대해서 여학생이 남학생보다 실제 체중보다 과다하다고 인식을 하고 있었으며 살찌는 것을 원하지 않는 이유로는 여학생의 53.7%는 외모때문이라고 지적한 데 비해 남학생은 활동이 불편해서라고 다른 이유를 들었다.

4) 전체아동의 76.2%가 편식을 하고 편식 식품은 주로 콩류이며 61.2%가 편식을 고치려 한다고 했으나 성별간에 유의적인 차이는 없었다. 소득, 어머니의 영양교육, 수유형태 등은 편식에 영향을 주지 않았으나 학교 영양교육만은 편식에 남녀 모두 영향을 주었다(P<0.05).

5) 영양지식은 여학생이 남학생보다 높았다(P<0.01).

그러나 빈혈치료와 관련된 영양소와 관련된 지식에 대한 이해는 남녀 모두 저조했다.

위와 같은 연구결과 농촌초등학교학생들의 체중에 대한 관심은 특히 여학생을 중심으로 지대했으나 실제 체중과는 다르게 체중에 대해 왜곡된 인식을 하고 있어 체중에 대한 올바른 인식이 필요하며 또한 올바른 식습관 형성과 균형있는 신체 발달을 위해서 학교를 중심으로 지속적인 영양교육이 이루어져야 하겠다.

■참고문헌

1. Pipes PL. Nutrition in infancy and childhood. Mosby, 1993
2. 신현희. 수원시내 일부 인문계 고3 여학생의 영양 섭취실태와 식습관에 관한 연구. 숙명여자대학교 교육대학원 석사학위논문, 1992
3. 이난숙, 임양순, 김복란. 초등학교 아동의 식습관 및 기호도에 관한 연구. 지역사회 영양학회지 2(2): 187-196, 1997
4. 양성희. 서울지역 남녀 중학생의 식습관과 인스턴트 식품의 섭취실태에 관한 연구. 숙명여자대학교 교육대학원 석사학위논문, 1990
5. 이윤나, 김원경, 이수경, 정상진, 최경숙, 권순자, 이은화, 모수미, 유덕인. 서울지역 고소득 아파트 단지 내 급식국민학교 아동의 영양실태조사. 한국영양학회지 28(1):56-72, 1992
6. 모수미, 백수경, 전미정. 충북 괴산군 벽촌지역 국민학교 아동의 영양실태조사. 대한가정학회지 28(1):161-174, 1990
7. Tanner JM. Fetus into man :physical growth from conception to maturity. Harvard university press, Cambridge, Massachusetts, 1990
8. 교육부. 교육통계연보, 1995
9. 백현순. 체중조절 관심도에 따른 섭식태도 및 기호도에 관한 연구. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문, 1988
10. 한재덕. 서울시내 학령기 아동의 간식실태 및 기호도에 관한 연구. 숙명여자대학교 교육대학원 석사학위논문, 1990
11. 김복란, 한용봉, 장은재. 대학생의 체중조절 태도와 식이행동 양상 및 식습관에 관한 연구. 지역사회 영양학회지 2(4):530-538, 1997
12. 이성현. 여자 중학생의 영양섭취 실태와 철분상태 및 이에 영향을 미치는 환경요인에 관한 연구. 중앙대학교 석사학위논문, 1991
13. 이향자. 아동의 식습관 및 식품기호와 성격특성과의 관계 연구. 인하대학교 교육대학원 석사학위논문, 1989
14. 장가영, 최성욱. 서울시내 저소득지역 국민학교 아동의 식행동에 관한 조사. 명지대학교 이과대학 가정학 연구 4:89-104, 1988