

우리나라 영양교육의 현황과 개선방안

모 수 미

서울대학교 가정대학

1. 건강과 영양교육

개인과 가족의 최대의 생활가치와 행복은 건강이며, 우수하고 능률적이며, 건강한 인력자원의 증강이야말로 국가변영의 기반이라 하겠다. 따라서 개인, 단체, 사회의 모든 국민의 건강 유지와 증진을 위한 건강교육은 대단히 중요하다. 건강을 목적으로 한 교육 가운데 가장 핵심적 요소는 영양교육이라 하겠다.

2. 영양교육의 의의와 목적

영양교육이란 영양에 관한 모든 지식(knowledge)을 배경이 다른 여러 대상으로 하여금 실제 생활에 바르게 이해시켜 영양에 대한 관심을 높여서 태도(attitude)를 변용케 하고 스스로 행동에 옮겨 실천하게 하는 (behavior or practice) 일련의 KAP 과정을 말한다. 이를 더욱 충실하게 정의를 내린다면 지식 전달과 이해, 태도변용, 행동 및 실천을 한 다음 이를 면밀히 평가하고 보다 나은 영양교육을 계획·수립→시행·관리→평가……를 되풀이하는 과정을 말한다.

협회의 영양교육은 교육시설의 정식 교육을 통해 KAP을 시도하는 것을 의미하나 광의의 영양교육은 KAP는 물론 영양교육 계획수립, 시행·관리, 평가까지 포함하여 학교와 사회, 개인과 집단 및 모든 국민을 위해 바람직한 영양생활을 영위할 수 있도록 지도하는 것을 말한다.

3. 우리나라 영양교육의 현황과 개선방안

1) 교육시설의 영양교육

① 유아교육 시설의 영양교육

1980년 유아교육진흥법이 설정되고 전국에 약 2,400개의 유아원이 설치되면서 탁아와 유아교육을 겸하게 되었다. 그리하여 간식 또는 급식, 또는 급식과 간식 모두를 급식하는 등 영양교육의 실제 기회가 유아교육시설에서 시작되었다. 한편 여성의 사회 참여도가 높아지고, 탁아소의 사회요구가 높아지면서 탁아소의 어린이의 급식과 영양교육 기회가 미숙하나마 이루어져가고 있다. 유치원 역시 간식을 주면서 영양교육의 실천의 기회가 주어지고 있다. 유아기는 평생중 가장 교육의 감수성이 예민하고 식습관이 육성될 중요한 시기이며 이들의 영양교육이 80년도부터 활기를 띠게 되었으나 앞으로 한층 체계적으로 강화되어야 한다.

② 국민학교 아동의 영양교육

현재 전국의 아동수로는 6.1% 학교수로는 10%만이 학교급식의 혜택을 받고 있을 뿐이다.

일본은 98%, 대만은 40%의 아동이 학교급식의 혜택을 받고 있는 것에 비하면 너무나 부진한 실정을 염려하지 않을 수 없다.

아침 결식, 점심 결식, 저녁 결식 등 여러가지 영양문제가 도시, 농촌을 불문하고 일어나고 있다. 이유는 빈곤 뿐만 아니라 어머니의 생활 변화, 가족구성 변화, 육아문제 등 복잡적이며 다양하다. 어린이가 가정에서, 학교에서, 사회에서 “영양放任”이 된다면 앞으로 이 나라를 맡겨야 할 어린이의 건강과 인성이 어떻게 될 것인가를 신중히 생각할 필요가 있다. 학교 급식은 영양교육의 중요한 실천의 장이며 기회이다. 학교교육을 완벽하게 하기 위해 학교급식의 전국적 확대가 시급하다.

③ 중·고등학교 학생의 영양교육

입시준비에 시달리고 있는 이 시기의 학생들의 영양실태를 살펴볼 때 너무나 허술한 영양 관리에 개탄하지 않을 수 없다. 결식, 粗食, 急食, 亂食의 실정을 깊이 살펴보아야 한다. 이 시기의 영양교육의 강화가 시급하다.

④ 대학생의 영양교육

대학은 전문성이 더욱 강화되어 영양학에 관련되지 않는 영역의 학생은 영양교육을 받는 기회란 거의 없다. 식생활에 관한 최소한도의 교육기회에 접해야 한다.

2) 사회의 영양교육

지역사회의 영양교육은 국민영양교육이다. 보사부, 보건소를 중심으로 한 보건 영양교육, 농수산부, 농촌진흥청을 중심으로 한 응용영양사업, 국민에 의한 범국민 식생활개선사업, 각종 사회단체에 의한 영양교육 실시가 해마다 전개되고 있다.

그러나 국민이 쉽게 이해하고 실천할 수 있으면서도 신뢰성 있는 영양교육정보가 가장 시급하다.

3) 의료시설의 영양교육

외래와 입원 환자를 위한 영양교육의 강화가 시급하며 영양사의 자질향상 훈련강화를 서둘러야 한다.

4) 사업장의 영양교육

각종 근로인을 위한 영양교육 강화가 요망되고 있다.

5) 사회복지 시설의 영양교육

각종 사회복지 시설의 영양이 소외되기 쉽다.

6) 외식산업과 영양교육

외식산업의 급신장은 관측개발에 집중되기 쉬우나 영양적인 면을 무시해서는 안된다.