

일부 공단 지역 가정 중학생의 식생활 실태 조사

남숙연, 김선효, 공주대학교 사범대학 가정교육과

가정의 주거 환경에 따라 산업 사회 이후 등장한 공단 지역에 거주하고 있는 가정의 식생활은 비공단 지역의 가정과 차이가 있는 것으로 보고되었다. 특히 공단 지역 가정의 대부분을 차지하고 있는 저소득 가정의 경우 경제 수준이 낮으며, 식생활관리자인 어머니가 경제적인 어려움을 해결하기 위하여 근무 시간이 일정하지 않은 직종에 종사하는 경향이므로, 이 집단의 식생활이 불량하기 쉬운 것으로 보고 있다. 따라서 본 연구는 현대 사회에서 증가하고 있는 공단 지역 저소득 가정 중학생 자녀의 식생활 실태를 알아보기 위하여, 신흥공업 단지인 경기도 안산시의 일부 중학교에 재학하고 있는 1-3학년 학생 중 공단 지역 가정과 비공단 지역 가정에서 무작위로 각각 192명을 추출하여, 두 집단간의 중학생의 식사 행동과 영양 섭취의 차이를 비교하였다. 본 연구 결과 가정의 월평균 수입은 도시 근로자 가구 소득을 5분위 계층으로 했을 때 공단 지역군은 1분위에, 비공단 지역군은 3-4분위에 속해 각각 저소득층과 중간소득층에 속한다고 볼 수 있었다. 중학생의 식사 행동을 보면 공단 지역군과 비공단 지역군 모두 아침 결식률이 높으며, 저녁 식사 횟수는 공단 지역군의 중학생이 비공단 지역군의 중학생보다 적었다 ($p<.01$). 또 주중 및 주말의 저녁 식사 시간은 공단 지역군이 비공단 지역군에 비해 불규칙한 것으로 나타났다 ($p<.001$). 결식을 하는 이유로는 공단 지역군의 경우 아침과 저녁 식사 모두 '식사 준비를 해주는 사람이 없어서'가 많았다 ($p<.001$). 등교시 점심으로 공단 지역군이 비공단 지역군에 비해 인스턴트 식품 등을 먹는 경우가 많고 ($p<.01$), '짜주지 않아서' 도시락을 지참하지 않는 경우도 많았다. 그리고 공단 지역 중학생의 식습관은 비공단 지역군에 비해 불량하며, 식사에 대한 만족도 역시 낮았다 ($p<.001$). 한편 영양소의 섭취량 중 열량은 두 군에서 남학생과 여학생 모두 권장량에 미달되었는데, 공단 지역군이 비공단 지역군보다 더 낮았다 ($p<.05$). 단백질 섭취량은 공단 지역군의 경우 권장량에 미달되었다 ($p<.01$). 무기질 섭취량은 두 군 모두 칼슘과 철의 섭취가 권장량보다 낮았는데 공단 지역군이 비공단 지역군보다 더 낮으며 ($p<.01$), 칼슘의 경우 본 연구에서 조사된 영양소 중 권장량에 대한 섭취 비율이 가장 낮았다. 비타민 섭취량은 두 군 모두 비타민 A와 비타민 C 등은 권장량을 초과하였으며, 비타민 B₂와 나이아신의 섭취량은 공단 지역군이 비공단 지역군보다 낮았다. 이상의 결과에서처럼 공단 지역군 가정의 중학생은 비공단 지역군에 비해 대체로 식사 행동이 바람직하지 못하고, 영양소 섭취량이 낮은 등 식생활이 불량하였다. 따라서 공단 지역 저소득 가정 청소년의 영양 상태를 향상시키기 위하여 정부에서 저소득층을 대상으로 우선적으로 점심 식사와 우유 급식을 지원해야 하며, 산업 사회에서 계속 증가하고 있는 공단 지역 가정의 식생활 문제를 해결하기 위한 영양 교육 프로그램의 개발과 보급이 이루어져야 할 것으로 생각된다.