

현재 1회 영양교육 후 계속 실시하고 있다. 영양교육 후 교육의 인식도 및 효과 평가를 위해 교사와 학부모들에게 설문 조사를 실시하여 앞으로 미취학 어린이의 영양관리사업의 방향을 설정하는데 도움이 되고자 하였다. 본 연구결과는 2002년 영양교육 내용을 중심으로 분석하였다.

영양인형극(똥보의 모험), 주먹밥 만들기, 5가지 기초식품군 등을 통한 영양교육 내용에서는 만족도가 각각 92점, 92점, 87점으로 나타나 이론위주의 교육보다 실습과 체험적 교육에 대한 평가가 높았다. 어린이들이 교육내용에 대한 인식도는 영양인형극(똥보의 모험)이 49%, 주먹밥만들기 27%, 5가지 기초식품군을 통한 식품과 몸의 관계는 19%로 나타나 어린이를 대상으로 하는 영양교육의 매체로 인형극이 효율적임을 알 수 있었다.

영양 교육에 대한 어린이들의 반응으로는 매우 흥미롭다가 62%로 영양교육에 높은 관심을 보였다. 또한 영양교육 후 영양교육내용을 49%의 어린이가 가정에 교육받은 내용을 전하고 있는 것으로 나타나 보육시설과 가정과의 연계교육에 관심을 가져야 할 것으로 생각된다.

식습관 변화율은 매우향상이 50%, 조금향상 15%, 보통 30%, 변화없었다 5%로 나타나 교육이 필요함을 알 수 있었다.

앞으로 원하는 교육내용으로는 편식교정, 아침식사 꼭하기, 인스턴트 음식 안먹기, 식사예절 등의 교육을 원하였고 학부모의 99%가 영양교육은 꼭 필요하다고 인식하고 있었으며 부모님 대상으로 영양교육을 할 경우 꼭 참석하겠다고 21%, 여건이 되면 참석하겠다고 79%로 나타났다. 이는 관내 보육시설을 이용하는 대부분의 가정이 맞벌이 가정임을 감안할 때 필요성은 인식하나 참여율은 낮게 나타나고 있으므로 어린이를 통한 가정으로의 영양교육내용 전달방법을 구체적으로 연구하여 활용할 수 있도록 모색함이 필요하리라 생각된다.

제공된 식단의 만족도는 보통만족이 45%로 나타났으며, 제공된 식단 이용현황은 그대로 사용하는 경우가 15%, 참고로 사용하는 경우가 85%로 나타났다. 이를 통해 볼 때 영양교육 프로그램의 활용이 좀더 적극적이고 실용성있는 체계적인 관리와 지도를 위해 미취학 보육시설의 어린이 영양관리자로서 영양사 배치가 꼭 필요하리라 생각된다.

【P-9】

포커스 그룹 인터뷰를 이용한 취학 전 아동과 어머니의 식습관 상호관련성 분석

윤진숙 · 정영혜

계명대학교 식품영양학과

식습관이나 식품 기호도는 식품의 선택에 있어서 중요한 변수이며 어릴 때 형성이 되는 어린이의 식품 기호도는 부모의 태도에 크게 영향을 받는다. 특히 유아기는 사회적, 인지적 능력이 발달하고 모방을 통하여 학습되는 시기이므로 이 시기의 식품에 대한 올바른 인식과 경험은 평생의 건강을 위해서도 부모의 역할은 중요하다. 근래 과잉 영양과 관련된 비만이 우려되고 있지만 아직도 유아에서는 부적절한 식사패턴으로 인한 영양소 결핍이 문제가 되고 있다. 선행 연구에서 유아나 어린이의 식습관이 부모, 특히 어머니의 영향을 많이 받는다고 지적하고 있지만 상호 관련에 대한 연구는 미흡하다. 또한 '무엇'과 '얼마나 많이' 등이 중점이 되었던 양적 연구에서 이제는 '어떻게' '왜'라는 것에 관심을 두는 사례연구의 중요성이 대두되고 있으므로 본 연구에서는 취학전 아동의 식습관과 영양상태에 관한 질적 연구로써 어머니와의 상호 관련성을 알아보려 하였다. 대구, 부산지역에 거주하는 4~7세 유아와 그 어머니(각 15명)를 대상으로 포커스 그룹 인터뷰를 실시하고 유아와 1:1면담을 실시하였다. 어머니들의 식품구매에 영향을 미치는 주요 요인은 어머니 자신의 기호도와 편리, 가치관으로 나타났다. 유아와 어머니의 식품기호도를 조사한 결과 좋아하는 식품의 경우 두 군 모두 육류의 선호도가 높았다. 싫어하는 식품은 어머니의 경우에는 '없다'가 73%이었으나 유아의 경우에는 '야채류'가 73%이었다. 유아와 어머니의 식품 기호도 일치정도는 좋아하는 식품이 67%, 싫어하는 식품이 33%로 나타났다. 유아는 야채류를 싫어한다고 대답하면서도 건강에 좋은 식품을 '야채류'라고 생각하고 있었다. 유아의 특정 식품의 선호도나 거부의 주된 이유는 '맛'이었으며, 유아의 편식습관은 어머니가 간편성 위주, 가족의 기호도만을 고려하여 식단을 구성하는 것과 관련이 있었다. 조사대상 유아의 33%가 비타민제, 47%가 칼슘제제를 복용하고 있었으며 27%가 근래에 보약을 복용한 경험이 있었다. 어머니들은 영양제나 보약이 유아의 건강 유지에 많은 도움이 된다고 여기고 있었고 어머니의 임신 중 식품섭취나 이유기의 식품경험정도가 어린이의 식품 기호도에 영향을 미친다고 생각하고 있었다. 어머니가

식품구매시 질적으로 고려하는 부분은 건강과 관련된 무농약 식품, 인스턴트 식품 제한, 외식의 절제가 대부분 어머니의 관심사였다. 본 연구에서 어머니는 유아의 식습관과 식품기호도에 크게 영향을 미침을 알 수 있었으며, 유아 영양교육에서 어머니의 참여와 식품에 대한 인식 개선은 유아의 영양수준 개선에 필수적이라고 생각된다.

【P-10】

Comparison of Nutritional Intakes between Obese and Non-obese Elementary School Students in Jeonju

Mi-Jeong Kim · Young-Ran Hea · Su-Jin Jung · Youn-Soo Cha

Food Science Department, Chonbuk National University, Jeonju, Korea

This study is done for finding out if dietary habit and dietary intake are different between obese and non-obese elementary school students in Jeonju Area. Two groups of each 50 non-obese and obese children of the 4th, 5th, and 6th year in elementary school were surveyed and the statistics of the result was gathered by SAS program. The results are summarized as follows:

1) Between obese and non-obese groups, there was no significantly different on height, but weight, BMI, lean body mass, body fat and fat percent rate were higher on the obese group than non obese group.

2) Examining the survey result of dietary habit, there were not any statistically different between obese and non-obese group. Most students eat three times a day and only 55% of them eat breakfast. For the question on which meal they overeat, supper is their answer. The number of having snacks is once a day. Most students eat out once a month.

3) Dietary intakes in all nutrients of obese children had higher than non-obese children. Of all the nutrients, especially, the amount of carbohydrate, protein and fat are far more intake compare with the standard of Korean RDA.

4) The % energy from carbohydrate: protein: lipid ratio in girls' obese group was 60.3 : 14.2 : 25.5, in boy' obese group was 60.1 : 15.2 : 24.7 respectively. These % energy ratio indicated that lipid intake of obese group was much higher than suggested % energy ratio in Korean RDA (65 : 15 : 20).

5) In terms of Correlation of energy intake and body composition, dietary intakes of energy, fat, cholesterol on obese male and female students are related to the their body composition.

These results suggest that the number of overweight students can be increased due to the amount and kinds of food children have as well as the general causes of overweight such as genetic, environmental and psychological reason. Surveying about children's dietary habit and dietary intake limits this study methodically. Working with parents is necessary and compare dietary habit and dietary intake between the past and their presents are also needed in a future.

【P-11】

서울 일부 지역 초등학교 고학년의 식습관 · 식행동 및 영양섭취상태에 대한 조사 연구

성순조¹ · 김상애

신리대학교 식품영양학과

현대사회가 급격하게 변화함에 따라서 식생활의 형태가 다양하게 변하고 있다. 특히 어린이들의 식생활은 전통적인 형태에서 서구식 형태의 변화와 여러 환경요인에 의하여 학동기의 비만이 원인으로 성인기에 나타나는 생활습관병이 초래되고 있는 사례가 많아지고 있다.

따라서 본 연구의 목적은 대도시 어린이의 식생활이 다른 지역보다 급격한 서구식으로의 변화와 생활환경의 변화에 따라 비만 경향이 두드러지고 있어 어린이의 식생활 및 이에 관련된 습관·행동을 조사하였으며 그 연구결과를 비만예방의 기초 자료로 제시하고자 하였다.

본 연구는 서울의 초등학교 고학년 대상으로 BMI을 이용한 비만정도에 따라 식습관·식행동 및 영양섭취상태를 비교 연구하였으며 그 결과는 다음과 같다.

조사대상자는 초등학교 고학년 249명(남학생 134명, 여학생 115명)으로 BMI(kg/m²)에 따라 저체중군(≤ 15), 정상