



食生活 改善의 方向

金 旻 煥
F. A. O. 韓國協會 事務局長



1. 우리나라 食糧供給의 變遷狀況

最近 農林部와 FAO韓國協會가 共同으로 發表한 食糧需給表 (Food Balance sheet)에 의하여 1962年度로 부터 1969年度까지 8개년간에 巨한 食糧供給量을 [표 1] 에서 살펴 보면 그 變遷狀況이 잘 나타나 있다고 본다.

이 表에서 보면 1969年度는 1962年度에 比하여 總熱量에 있어 268Cal의 增加를 보았으며 그중 植物性이 202Cal, 動物性이 66Cal가 增加한 것으로 나타나고 있다.

蛋白質에 있어서는 11.4g의 增加가 있었으며 그중 植物性이 6.7g, 動物性이 4.7g이 增加를 8年間に 본 셈이 되는 것이다.

이는 우리나라의 急進的인 經濟成長과 그 比例를 같이하여 改善되었다고 볼 수 없고 特히 動物性 蛋白質은 年平均 0.6g弱의 增加밖에 보이지 아니하고 있다는 것이다. 다시 그 構成比를 살펴보면 植物性熱量은 1962년에 比하여 2.3%가 줄어든 94%를 1969년에 나타내고 있으며, 動物性 熱量은 3.3%가 增加한 6.0%를 나타내고 있다.

또한 蛋白質에 있어서는 植物性과 動物性이 1962年보다 1969년에 各各 4.5%式 增加하고 있다는 것을 볼 수 있다.

다시 이 變遷狀態를 具體的으로 把握하여 보기 위하여 1962年과 1969年度의 食品類群別 營養供給量을 對比하여 보면 다음의 표 2와 같다.

(표 1)

食糧供給量の 變遷狀況表

			1962	1963	1964	1965	1966	1967	1968	1969
實 量	熱 量	總熱量	2,218	2,158	2,326	2,440	2,372	2,367	2,475	2,486
		植物性	2,136	2,060	2,216	2,340	2,245	2,246	2,331	2,338
		澱粉質	2,061	1,994	2,149	2,258	2,149	2,132	2,179	2,176
		蔬葉類	51	46	54	60	64	68	77	81
		其他	24	19	13	21	32	46	75	80
	Cal	動物性	82	98	110	101	127	121	144	148
		總蛋白質	60.8	60.1	61.3	63.1	64.3	65.6	68.9	72.2
		植物性	53.2	51.3	51.4	53.9	54.0	55.2	57.4	59.9
		動物性	7.6	8.8	9.9	9.2	10.3	10.5	11.6	12.3
		脂肪質 g	14.8	15.8	16.3	16.6	19.1	18.6	22.7	23.4
構 成 比 (%)	熱 量	總熱量	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
		植物性	96.3	95.5	95.3	95.9	94.6	94.9	94.2	94.0
		澱粉質	92.9	92.4	92.4	92.5	90.6	90.1	88.0	87.5
		蔬葉類	2.3	2.1	2.3	2.5	2.7	2.9	3.1	3.3
		其他	1.1	0.9	0.6	0.9	1.3	1.9	3.0	3.2
	蛋 白 質	動物性	3.7	4.5	4.7	4.1	5.4	5.1	5.8	6.0
		總蛋白質	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
		植物性	87.5	85.4	83.9	85.4	84.0	84.0	83.2	83.0
		動物性	12.5	14.6	16.1	14.6	16.0	16.0	16.8	17.0

특히 위의 食品類群表에서 보던 世界 各國의 共通的인 傾向은 漸次 穀類가 줄어 가고 있는데 反하여 우리나라에 있어서는 1969년에는 1962년에 比하여 20.9g가 增加하고 있다는 事實은 極히 注目할만한 것이다.

이는 바로 지금까지 自給 自足を 보지 못하고 있는 우리나라의 食糧事情下에서 每年 莫大한 外米를 導入하고 있는 實情과 有關係이 깊다고 할 것이다.

여기에서 引用한 食糧需給表의 數字가 果然 正確한 것인지의 信度를 疑心하는 분도 있을지 모르지만, 우리는 食糧供給 狀況을 檢討하기 위한 唯一한 資料가 이 食糧供給表밖에 現在로서는 없다는 것을 理解하여 주기 바라며,

8年間의 變遷狀況을 볼때 크게 改善되었다고 할 수 없어도 고기류, 계란류, 우유류 등의 動物性 蛋白質과 기름류 등의 脂質에 있어서는 그 量에 있어서는 微弱하지만은 比率로 보아서는 크게 改善 되어가고 있다는 모습이 나타나고 있는 것이다.

2. 世界的인 趨勢

FAO는 國際的 平和 및 安全의 維持와 모든 世界國民의 經濟的 社會的 地位를 促進시키는 UN의 理念을 보다 積極的으로 具顯하기 위하여 최근 1985년까지의 世界人口가 약 50억에 도달할 것으로 내다보고 이에 대처하기 위하여 農産物 需要供給에 대한 長期予測을 하고 있다.

[丑2]

食業類群列 党表供給量 比較表 (1口1人当)

年 度 列	区 分	1, 곡 류	2, 감 자 류	3, 실 탕 류	4, 콩 류	5, 견 과 류	6, 종 실 류	7, 채 소 류	8, 과 실 류	9, 고 기 류	10, 계 란 류	11, 우 유 류	12, 어 개 류	13, 해 조 류	14, 기 름 지 진 류	15, 술 류	합 계
一 九 六 二 年	供給量 g	545.1	119.1	4.8	18.1	0.2	0.2	114.6	18.1	13.2	2.3	0.4	37.6	3.3	0.8	62.9	2218
	熱量 Cal	1862	126	19	73	0	1	41	8	35	7	0	36	2	7		
	蛋白質 g	422	1.6	-	7.2	0.0	0.0	1.9	0.1	1.7	0.6	0.0	5.3	0.1	-		

며, 第一次 目標年度를 1975年으로 하고 1985年을 第二次 目標年度로 한 世界指標計劃(Indicative World Plan for Agricultural Development - IWP)을 作成하였다.

이 IWP에 의한 國民所得의 增加에 따른 칼로리와 蛋白質供給量의 傾向을 韓國과 結付시켜 다음의 [표3]과 [표4]와 같은 圖表로 整理하여 將來의 食生活改善의 趨勢를 살펴 보기로 한다.

이 [표3]과 [표4]는 開發途上國과 西유럽 및 北美의 三地域에 대한 1962年과 1975年과 1985年의 3階段으로 나누어 國民所得에 따른 칼로리 및 蛋白質供給量의 傾向을 1969年의 韓國 国情과 比較하여 볼 수 있도록 作成한 것이다.

[표3]을 간단히 說明하여 보면, 우리나라는 1969年에 國民所得이 166.7\$이며 總熱量은 2,486Cal로서 國民所得이 130\$로부터 260\$까지 있는 開發途上國과 1985年 目標水準을 이미 到達하고 있는 것을 나타내고 있으나, 그 熱量의

大部分이 澱粉質에 過度 依存하고 있으며 기름, 설탕류와 畜産物등은 開發途上國보다 낮은 位置에 있음을 나타내고 있는 것이다.

그리고, 西유럽과 北美등은 1985年까지의 所得이 높아짐과 同時에 澱粉質의 熱量供給量이 더욱 줄어들고 기름, 설탕, 畜産物등의 熱量供給量이 늘어 나는 것을 나타내고 있는 것이다.

다시 [표4]를 說明하여 보면, 우리나라의 1969年 蛋白質 供給量은 72g로서 이미 開發途上國의 1985年 目標를 凌駕하고 있으나 植物性 蛋白質이 大部分이고 動物性蛋白質은 國民所得이 130\$線에 있는 開發途上國의 1962年 水準보다도 오히려 적다는 것을 나타내고 있는 것이다.

그리고 이 IWP의 計劃에 의하면 西유럽과 北美에 있어서는 1985年까지에 植物性蛋白質은 줄고 動物性蛋白質은 顯著하게 늘어 나는 것을 表示하여 주고 있다.

이 [표3]과 [표4]는 앞으로의 食生活이

一九六九年	脂質 g	5.2	0.4	-	2.9		0.1	0.1		3.0	0.1	0.5	0.0	0.0	0.8	14.8
	供給量	566.0	150.1	15.4	23.8	0.2	0.3	182.8	32.6	21.9	10.7	2.9	56.5	3.5	3.9	105.7
	熱量 Cal	1921	160	61	96	0	2	65	14	56	15	8	53	2	34	2486
	蛋白質 (g)	45.1	2.0	-	9.2	0.0	0.1	3.2	0.1	2.7	1.2	0.4	8.1	0.1	0.0	72.2
	脂質 (g)	5.5	0.5	-	3.9	0.0	0.2	0.8	0.1	4.9	1.1	0.4	2.2	0.0	3.7	23.4

世界的으로 改善되어 나갈 傾向을 잘 說明하여 주고 있다고 보아 큰 잘못이 없을 것으로 안다.

3. 食生活 改善의 方向

食糧需給表와 IWP 計劃을 通하여 앞으로의 食生活 傾向을 살펴 보았거니와 다시 韓國과 日本 및 美國의 食糧消費構造를 더욱 實感있게 集約적으로 把握하여 보기 위하여 [표5]를 土台로 圖表化시킨 [표6]과 [표7]을 比較 對照하여 우리의 位置를 살펴보고자 한다.

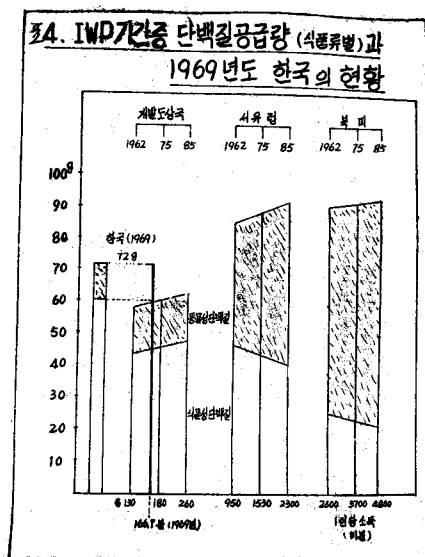
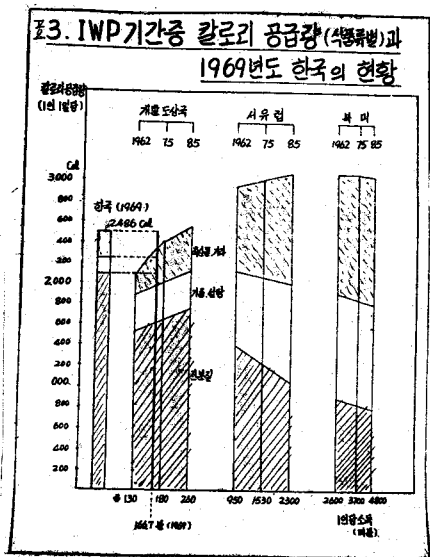
이 表를 보면, 日本은 韓國보다 모든 經濟的 與件이 좋고 所得 또한 높아서 그러하다 하겠지만, 우리나라에 比하면 食生活 改善의 進도가 빠른것이 如實히 나타나 있다. 特히 注意할 點은 日本은 10年次에 穀類가 穀類以外的 食糧消費增大로 말미암아 41g나 減少되게 되었는데 反하여, 韓國은 8年次에 穀類消費量이 21g나 增加하였으며, 餘他食糧의 消費가 一部式 增加하기는 하였으나, 顯著的 改善이 있었다고 보기에 어려운 것이다.

이 現象은, 바로 日本에서 남아 돌아가는 쌀을 우리가 사 먹게되는 奇現象과 有閔性이 直

結되어 있는 것이라 하겠다.

食生活이 國民所得에 따라 달라지며 特히 蛋白質食品의 消費增大가 所得에 比例한다는 經濟學者의 말도 當然 하겠지만, 이 表에서 보면 그렇다고 서울에 있는 富裕層으로서 1,500\$ 程度의 높은 所得을 갖인 사람이 日本과 같이 우유를 123g 程度로 먹는 食生活을 하고 있지는 않는 것 같으며, 3,000\$ 程度의 所得者가 美國의 사람이 먹는 우유 671g 程度를 먹고 사는 것은 아닐줄 안다. 이것은 바로 食生活이란 그 나라마다 가진 오랜 歷史와 社會的 與件은 勿論, 因習, 嗜好, 營養知識等 많은 複合的 要因이 作用되고 있는 差異가담이라 하겠으며, 여기에 바로 食生活改善을 위한 教育和 啓蒙이 國民大衆에게 不斷히 講究되어야 한다는 必要性이 있는 것이다.

다시 [표7]를 보면, 이표는 제5표와 제6표에서 보이는 實量을 100分比로 나타낸것을 볼 수 있는데, 韓國이 穀類過度 偏重事食型으로 되어 있는 것을 더욱 強하게 나타 내고 있는 것이다.



(표 5)

國別食糧供給量比較表

단위: g

국명	기간	곡류	감자류	종실콩류	채소류	과실류	고기류	계란류	우유류	어개류	기름류	설탕류	계	비고
한국	1962	545	119	19	118	18	13	6	0.4	38	1	5	877.4	
"	1969	566	150	24	186	33	22	11	9	57	4	15	1,077.0	
일본	1962	411	181	46	310	83	21	19	69	80	13	44	1,277.0	
"	1968	370	181	46	370	141	37	36	123	89	24	61	1,478.0	
미국	1968	178	122	23	314	223	299	50	671	17	63	139	2,099.0	

표 7 국별 식량공급구성비. 1인 1일당

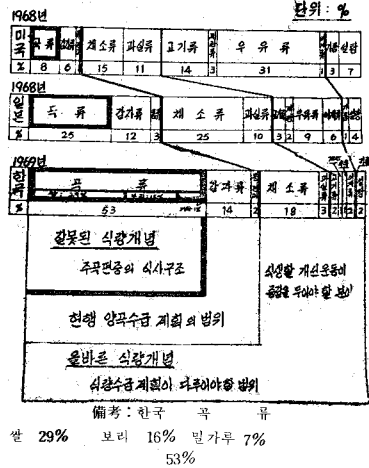
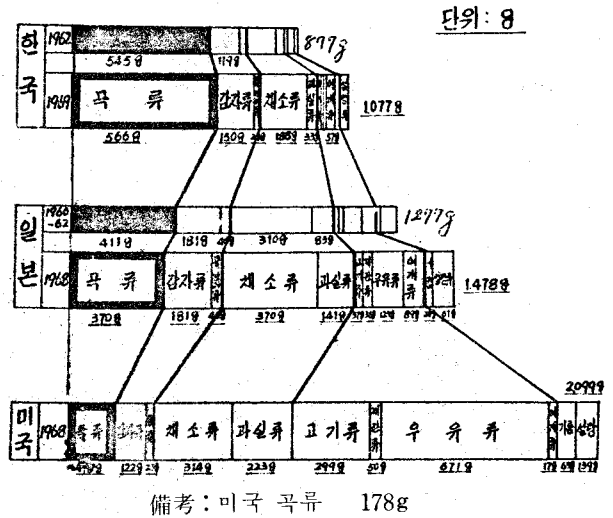


표 6 국별 식량공급량 비교. 1인 1일당



이는 国民 大多数의 머리속에 곡식이 즉 食糧이란 잘못된 概念이 뿌리깊이 박혀 있는 緣由가 바로 이러한 現象까닭이라 하겠으며, 糧穀의 消費節約을 서슴치 않고 食糧의 消費節約이란 用語로 말하고 있어 糧穀이 곧 食糧인양 混用하고 있는 實情이며, 糧穀需給計劃은 있어도 올바른 食糧概念下的 綜合的인 食糧需給計劃이 아직도 우리나라에는 다루어져 있지 아니하다는 것이 이 표에 指摘되어 있는 것이다. 따라서, 앞으로의 食生活 改善의 主된 目標은 이제 까지 疎外되어 온 穀類以外的 部分의 消費增大에 力점을 두어야 할 것은 勿論이고 특히 우리나라의 生理로 보아 보리와 밀가루 등은 오히려 消費를 增大시키고 쌀의 消費를 急速히 줄이기 위한 方向의 改善이 緊要한 것이므로 混食 또는 粉食의 奨励를 加一層하되 高米價政策이 이러한 理由에서도 強行되어야 할 것으로 안다.

國民의 體力이 充實한 国力으로 나타남으로 우리의 食生活도 科學化하여 均衡잡힌 食生活가 되어야 할 것이며, 이를 뒷받침 할 수 있는 政府의 強力한 綜合的인 食糧政策이 있어야 할 것이며, 農·畜·水産業等 一次産業的인 食糧生産界는 勿論이거니와 二次, 三次産業을 要한 食糧工業(Food Industry)界에 있어서도 앞으로 國民食生活 改善에 副應하는 事業 推進이 企圖되어야 할 것이다.

