

幼稚園 保姆의 營養知識과 態度에 관한 調查

崔 云 貞

瑞江專門大學 食品營養科

Nutrition Knowledge and Attitudes of Kindergartners

Choi Woon Jeong

Department of Food and Nutrition, Seogang Junior College, Kwang-Ju, Korea

= ABSTRACT =

This study was designed to determine nutrition knowledge and attitudes of kindergartners by using a questionnaire.

The subjects of this study were 98 kindergartners living in Chonnam region who returned completed questionnaires.

Findings are summarized as follows :

1) The mean age of subjects was 26.2. The most influential sources of nutrition knowledge were food composition table and mother.

2) The average nutrition knowledge score was 95.6.(The highest possible score was 175.) All subjects recognized need of snack for children, but only 28% of the subjects understood a etiology of obesity.

3) Nutrition attitudes about importance of nutrition, the proper period of eating habit formation, easiness of changes in eating habits throughout interesting program obtained high scores.

4) Nutrition knowledge was significantly correlated with the attitudes were that children who know Basic 5 will select adequate diet, changes in food habits will easier to achieve if activities relate interests.

緒 論

生涯의 食習慣은 兒童期에 形成되며^{1) 2)} 幼稚園, 國民

접수일자: 1982. 7. 2.

學校 時節은 올바른 食習慣을 形成하는 데 適切한 時期로 특히 學校教育은 어린 兒童들의 습관 形成에 重要한 影響을 미친다^{1) 2)}. 따라서 幼稚園 保姆, 國民學校 教師는 食습관 形成에 중대한 役割을 할 수 있다¹⁾.

最近 몇 년 동안 여러 종류의 營養教育이 遂行되어왔

으며 많은 사람들에게 올바른 營養原理가 알려지고 있다. 비록 特殊한 行動科學的인 目標은 다를 지라도 營養教育 프로그램들은 食品과 營養에 관계되는 知識, 態度, 實踐에 있어서의 實際的인 變化에 목적을 두고 있다⁴⁾

女⁵⁾ 등은 일부 高所得 아파트 단지內 乳稚園 및 態度는 어린이의 營養攝取 實態와 많은 관련성을 나타내었음을 報告하였고, Schwartz⁶⁾는 營養知識과 態度, 態度와 實踐사이 에 有意的인 상관이 보였다고 했으며, Eppright⁷⁾ 등도 營養에 대한 態度와 적절한 食事의 施行이 有意的인 임을 밝혔다. 기타 營養知識에 관한 報告⁸⁾ 는 있으나 幼稚園 保姆를 대상으로 한 文獻은 별로 알려진 바 없다.

이에 본 研究는 幼稚園 保姆를 대상으로 그들의 營養知識과 態度를 調查하였기에 報告한다.

研究 方法

1. 調查對象

全南지역 幼稚園 保姆를 대상으로 實施하였다.

2. 調查內容 및 方法

設問紙를 사용하여 營養知識 및 營養에 관한 態度를 調查하였다.

營養知識 조사는 응답의 正否와 그 應答에 대해 確信度를 「아주 확신한다」에서 「불확실하다」까지로 된 5段階로 評價하여 최고 +7점에서 최저 -7점으로 하여 각 問項의 점수를 합하여 計算하였다.

營養에 관한 態度에 대한 反應은 「전적으로 찬성한다」까지로 된 5段階로 答하게 하여 점수로 評價하였다.

또한 營養知識의 自我評價는 0 (전혀 모른다)에서 10 (전문인정도) 等級으로 記錄하도록 하였다.

調查된 結果의 分析에는 각각 百分率을 사용하였고 營養知識과 營養知識의 自我評價, 營養에 대한 態度와 의 관련은 t-scores에 의해 評價되었다.

結果 및 考察

1. 調查對象者의 背景

全南지역 幼稚園 保姆 중 設問紙에 應答해 준 女性 98名으로 調查對象者의 平均 연령은 26.2세였다.

應答者의 81.1%가 營養에 대해 배운적이 있다고 하

였으며, 營養知識水準에 대한 自我評價點數는 平均 5.41이었으나 實際 營養知識點數와 有意的인 상관은 보이지 않았다.

2. 營養知識

調查對象者의 營養知識의 給源은 食品成分表, 요리책, T.V., 잡지, 新聞의 順으로 나타났으며, 營養知識의 人的인 給源으로는 對象者의 어머니, 營養學者, 요리사, 의사의 順이었다.

應答者의 營養知識評價 結果는 Table 1과 같으며 營養知識의 可能한 최대점수가 175인데 平均點數는 95.6이었고 이는 Petersen et al.¹⁾이 美國의 國民學校 教師를 對象으로 調查한 結果 營養知識의 최대점수 140점에 平均 58.3이었다는 報告에 비해 높은 水準이었다.

어린이의 하루 3食 외의 間食 必要性을 對象者 전부가 認識하고 있었으며 모든 幼稚園에서 間食을 실시하고 있어 知識과 態度와 상관성이 있음을 보였다. 그러나 肥滿의 원인에 대해서는 對象者의 28%만 理解하고 있어 근래 增加 趨勢를 보이는 肥滿兒에 대한 營養指導에 不足함이 있을 것으로 思料된다.

兒童의 成長에 미치는 蛋白質의 영향에 대해서는 對象者의 97%가 認識하고 있었으나, 이용되고 남은 蛋白質의 貯藏, 與否에 대해서는 30%만 알고 있어 蛋白質의 매일 供給의 必要性에 대한 認識이 要求됨을 보였다. 또 植物性 脂肪이 動物性 脂肪보다 몸에 좋다는 것은 對象者의 94%가 理解하고 있었으나 不飽和 脂肪酸의 심장질 환 가능성 減少에 대해서는 34%만 알고 있는 것으로 나타났다.

對象者들은 탄산음료의 有用性에 대해서는 Petersen et al.¹⁾의 報告에 비해 낮은 이해율을 보인 반면 사탕의 有用性에 대해서는 훨씬 높은 認識率을 보여 사탕이 兒童에게 熱量源으로나 치아에 좋지 않음이 잘 알려진 듯하다.

한편 對象者의 35%가 維生素 藥劑를 많이 먹는 게 좋다고 하여 維生素의 必要性이 잘못 認識되고 있음을 보였다.

維生素A의 缺乏症에 대해서는 對象者의 87%가 理解하고 있었으나 그 給源食品에 대한 인식율은 56%로 金¹⁵⁾의 報告보다는 높으나 비교적 낮게 나타났다.

3. 營養에 관한 態度

對象者의 營養에 대한 태도에 관한 反應은 Table 2와 같다.

營養의 重要性 및 食習慣 形成時期에 대한 態度의 平

Table 1. Kindergartner response to assessing nutrition knowledge

Question Content	Correct %	Response Incorrect %	Uncertain %
Protein rich foods provide liberal amounts of nutrients for growth of small children	97	1	2
It is not beneficial to consume large amounts of all vitamins and minerals	41	35	24
Vitamin A deficiency can cause nightblindness	87	2	11
The quality of soybean protein is nearly same that of beef protein	80	14	6
Need of snack for children	100	—	—
To be overweight doesn't mean to be health	86	3	11
Plant fats better for body than animal fats	94	1	5
Carbonated beverages not beneficial to young children	67	5	27
Milk good source of calcium	87	4	8
Better performance with adequate breakfast	84	12	4
Team well-balanced diet includes food group in amounts recommended	88	5	6
Diet not necessarily adequate when appetite satisfied	75	10	15
Three daily meals do not insure nutritionally adequate diet	51	21	28
Good nutritional practice to eat wide of foods	95	3	2
Vitamin D develops normal bones and prevents rickets	83	2	15

均點數는 각각 4.95, 4.55로 높은 認識率을 보였으며, 興味있는 營養프로그램을 통한 兒童의 食習慣 變化에 대한 容易性的 認識도 높은 점수를 보여 兒童教育時 興味面에 많은 重點을 두고 있음을 알 수 있었다.

그러나 兒童의 營養教育을 할 때 科學的인 用語 사용의 不必要性, 올바른 食습관 形成에 미치는 營養原理, 음식에 대한 好意的인 態度의 重要性 등에 관한 態度는 낮은 認識率을 보였다.

또한 비타민과 무기질 약제의 不必要性에 대한 態度의 平均점수는 2.41로 反對하는 편을 나타내 비타민과 무기질 약제가 健康에 必要하다고 잘못 認識되고 있음을 보였고, 기타 項目에 대해서는 뚜렷한 態度를 갖고 있지 못한 바 營養教育을 實施한다면 保姆들이 더 바람직한 態度를 갖게 될 것으로 看做된다.

4. 營養知識과 態度와의 相關性

營養知識과 營養에 관한 態度와의 상관성은 Table 3와 같다.

營養知識은 「營養은 重要하다」라는 態度와 가장 意義있는 相關을 보였으며 이는 Grotkowski et al.⁷⁾의 報告와 一致한 바 營養知識이 높을수록 營養의 重要性을 잘 認識하고 있음을 나타냈다.

또 기초식품군의 理解가 適合한 食事 選擇에 미치는 영향에 관한 態度도 營養知識點數와 有意的인 相關을 보였다.

그러나 「營養原理를 아는 것이 食習慣 變化의 최선책이다», 「營養教育보다 음식에 대한 好意的인 態度가 더 重要하다», 「좋은 食습관은 어릴 때 쉽게 形成된다」 등의 態度는 營養知識點數와 有意的인 相關이 나타나지 않았다.

한편 「兒童은 興味 있는 營養프로그램에 접하면 食習

Table 2. Kindergartner response to assessing nutrition attitude

Question Content	Response (mean score)
Nutrition is important	4.95
Using of vitamin/mineral supplements as medicines	3.34
Children who know Basic 5 will select adequate diet	3.74
Learning nutritional facts is best way to achieve change in food habits	3.80
Favorable attitude toward food more important than teaching nutrition	3.90
Good eating habits more easily achieved when children are young	4.55
Nutrition education for children can be undertaken without scientific terminology	3.58
Unnecessity of vitamin/mineral supplements	2.41
Changes in food habits easier to achieve if activities relate to interests	4.29
Children develop worse eating habits if exposed to wide variety of foods	1.91

Table 3. Correlation between knowledge scores and attitudes

Question Content	Correlation
Nutrition is important	.263 *
Using of vitamin/mineral supplements as medicines	-.006
Children who know Basic 5 will select adequate diet	.251 *
Learning nutritional facts is best way to achieve change in food habits	.157
Favorable attitude toward food more important than teaching nutrition	.113
Good eating habits more easily achieved when children are young	.107
Nutrition education for children can be undertaken without scientific terminology	.097
Unnecessity of vitamin/mineral supplements	-.065
Changes in food habits easier to achieve if activities relate to interests	.233 *
Children develop worse eating habits if exposed to wide variety of foods	-.122

* Significant at the .10 level

慣의變化가 더 쉽게 이루어진다」라는 態度는 營養知識點數와 有意的인 相關을 보였으며 이는 逆相關을 나타냈다는 Petersen et al.¹⁾의 報告와 반대 結果였다.

結 論

全南지역 幼稚園 保姆를 對象으로 營養에 관한 知識과 態度를 調査한 結果는 다음과 같다.

1) 設問紙에 대한 應答者는 98 名의 女性으로 平均 연령은 26.2 세였다. 營養知識의 給源은 食品成分表 및 어머니로부터가 가장 높게 나타났다.

2) 營養知識의 平均點數는 95.6 이었으며 어린이의 하루 3食 외의 間食 必要性은 應答者 모두 認識하고 있었다. 반면 肥滿의 原因에 대해서는 28%만 正답을 보여 가장 낮은 認識率을 나타냈다.

3) 營養態度 중 높은 點數를 보인 것은 營養의 重要 프로그램을 통한 兒童의 食習慣變化에 대한 容易性 등에 대한 態度였다.

4) 營養知識點數는 營養의 重要性에 대한 態度와 가장 有意的인 相關을 보였으며 그 외 有意的인 相關을 나타낸 態度로는 基礎食品群을 아는 어린이는 適合한 食事を 선택한다, 「兒童은 興味있는 營養프로그램에

접하면 食習慣의 變化가 쉽게 이루어진다」 등이었다.

이상의 結果로 미루어 營養知識이 높은 保姆일수록 兒童의 營養教育에 대해 肯定的인 態度를 갖고 있으므로 어린이의 營養 向上을 위해서는 兒童의 食習慣 形成에 重大한 影響을 미치는 그 指導者를 대상으로 適切한 營養教育이 우선적으로 實施됨이 바람직하다고 思料된다.

參 考 文 獻

- 1) Petersen, M. E. & Kies, C.: *Nutrition knowledge and attitudes of early elementary teachers. J. Nutr.* 4: 11-15, 1972.
- 2) 崔云貞, 金甲英: 肥滿兒의 身體發育과 食習慣에 關한 研究. 한국영양학회지, 13(1): 1-7, 1980.
- 3) 金基男, 牟壽美: 子女의 食習慣 育成에 미치는 父母의 影響에 關한 調査研究. 한국영양학회지, 9(1): 25-42, 1976.
- 4) Schwartz, N. E.: *Nutritional knowledge, attitudes, and practices of high school graduates. J. Am. Dietet. Asso.* 66: 28-31, 1975.
- 5) 玄和眞·牟壽美: 一部 高所得 아파트 團地內 幼稚園 어린이의 成長發育 및 營養에 關한 研究. 한국영양학회지, 13(1): 27-36, 1980.
- 6) Eppright, E. S., Fox, H. M., Fryer, B. A., Lamkin, G. H. & Vivian, V. M.: *Nutrition knowledge and attitudes of mothers. J. Home Economics.* 62(5): 327-332, 1970.
- 7) Grotkowski, M. L. & Sims, L. S.: *Nutritional knowledge, attitudes, and dietary practices of the elderly. J. Am. Dietet. Asso.* 72: 499-505, 1978.
- 8) Werblow, J. A., Fox, H. M. & Henneman, A.: *Nutritional knowledge, attitudes, and food patterns of women athletes. J. Am. Dietet. Asso.* 73: 242-245, 1978.
- 9) Krause, T. O. & Fox, H. M.: *Nutritional knowledge and attitudes of physicians. J. Am. Dietet. Asso.* 70: 607-609, 1977.
- 10) Morse, E. H., Clayton, M. M. & Cosgrove, L. G.: *Mother's nutrition knowledge. J. Home Economics.* 59(8): 667-669, 1967.
- 11) Young, C. M., Waldner, B. G. & Berresford, K.: *What the homemaker knows about nutrition. J. Am. Dietet. Asso.* 32: 218-223, 1956.
- 12) Vickstrom, J. A. & Fox, H. M.: *Nutritional knowledge and attitudes of registered nurses. J. Am. Dietet. Asso.* 68: 453-456, 1976.
- 13) Cho, M. & Fryer, B. A.: *Nutritional knowledge of collegiate physical education majors. J. Am. Dietet. Asso.* 65: 30-34, 1974.
- 14) 朴明潤, 張英子, 徐貞淑, 牟壽美: 農村保健事業地域의 兒童營養 實態調査. 한국영양학회지, 13(1): 15-26, 1980.
- 15) Seong-Ai Kim: *A nutrition survey of Korean adolescents living in Los Angeles, California. Korean J. Nutr.* 15(1): 54-61, 1982.