

울릉도 지역 주부들의 전통음식과 금기식품에 대한 인식

박 영 선

대구대학교 가정대학 식품영양학과

Perception of Traditional and Prohibitive Foods in Ul-lung Do Area

Young Sun Park

Department of Food and Nutrition, Taegu University

Abstract

The objectives of this study were to investigate the kinds and way of using traditional foods for Korean traditional events, and to identify prohibitive foods for fetus, lactating mothers, fisherman, and for sick people taking the cultural aspects and the belief of housewives in island into account. The data for this study were collected in a survey conducted in June of 1992 in Ul-lung Do area which is one of the typical islands and has essential characters of island in Korea. The questionnaire was specifically designed to find traditional and prohibitive foods in that area. Data analysis consisted of first compiling descriptive statistics and frequencies with respect to the quantitative and qualitative data solicited from respondents, and X^2 analysis was employed to assess relationship among variables. The findings of this study provide some implications regarding the impact of cultures in understanding the perceptions to traditional as well as prohibitive foods.

I. 서 론

삶을 영위하고 있는 각 민족들은 고유한 생활풍습을 개발·계승하여 나름대로의 독특한 전통과 문화가 있다. 즉 살아온 생활양식인 의·식·주생활, 언어, 놀이(유희, 오락), 예절, 의식절차 등의 전통 생활문화를 가지고 있다.

우리의 식생활은 자연의 상태를 인식하면서 순응으로 제약을 극복하고 합리적으로 개발을 해야하는 자연환경과 정치, 경제, 도덕, 종교와 같은 고급문화와 주거·의복과 같은 기층문화에 의하여 형성되는 사회환경¹⁾ 등의 영향을 받으며 새로운 문물의 변화에 동참하면서 형성·발전하여 우리나라 특유의 식생활문화를 창출해 냈다. 우리나라의 전통 식생활문화 중에는 節候에 따라서 많은 명절이 있어 이러한 날에는 특별음식을 차리고 때 맞추어 갖가지 유희·오락 등의 풍류를 즐기고 또한 액을 면하는 풍속도 있다. 그리고 각 지역에 따라 지세·기후 등 자연환경이 매우 다르고 산물이 각각 특색이 있고 그 고장이 겪어 온 정치·경제·생활문화의 변천에 따라 지역문화와 인심도 특색이 뚜렷하여 각기 다른 고장과는 비할 수 없는 그 고장에서 독특하게 개발한 향토음식과 문화와 종교의 영향을 받으며 비합리적인 면을 많이 포함한 식습관인 식품금기의 풍속도 있다.

그런데 근간 급속한 산업화로 인한 고도의 경제성장과 외래문화의 범람으로 우리의 소중한 전통 민족문화인 전

통음식과 조상숭배, 농사의례, 정서순화, 멋있는 풍류 등의 의미를 갖는 전통 민족문화가 너무 간소화 되어 형식적 레를 하거나 그 일부 잃어버렸거나 퇴색되어 가고 있는데, 특히 외래 식생활의 도입, 즉석식품·가공식품의 개발 및 상품화, 외식 및 식품산업의 대형화, 식품의 자유무역 등으로 전통 민족 생활문화가 가속적으로 변용되었거나 잊혀져 가고 있는 실정이다²⁾.

그러므로 본 연구는 조사보고가 되어있지 않은 울릉도 지역의 주부를 대상으로 하여 우리나라의 전통음식에 대한 의식구조와 특징적인 향토음식 및 식품금기에 대하여 조사함으로써 울릉도 지역 전통 생활문화의 현황 파악을 위한 기초자료를 얻고자 한다.

II. 울릉도의 지역적 특성

울릉도는 우리나라 동해 중부해상에 위치하는 水深 2000 m 이상되는 深海中에 분출된 鍾狀火山이며 위도상으로 북한 37도 33분(관음도 북단) 동경 131도 52분(대 풍령곶)이다. 우리나라에서 보기 드문 해양성 기후를 나타내는 지역으로서 연평균 기온은 12°C 정도이며 강수량은 대략 1,485 mm(30년 평균)로 우리나라에서 가장 눈·비가 많이 오는 곳이고 특별한 乾季가 없으며 계절적인 차가 없는 것이 특징이다. 울릉군의 교통현황은 현재 섬 일주도로 건설사업이 추진중에 있으나 군내에서도 해상교통을 이용할 정도로 별로 좋지 못하며, 대외교통 역시 아직도 해상교통이 유일한 교통수단이다. 울릉군은 처음에는 강

본 연구는 1992년도 대구대학교 가정생활연구소의 연구비 지원에 의하여 연구되었음.

원도에 편입되어 있다가 1914년에 경상북도로 편입되었다. 또한 울릉군은 울릉읍, 서면, 북면의 세 개 행정구역으로 나뉘어져 있으며, 울릉읍은 개항지역으로 그 관할구역이 도동, 저동, 사동이며, 서면의 관할구역은 남양, 남서, 태하, 그리고 북면의 관할구역은 천부, 나리, 추산, 현포로 나뉘어져 있다. 울릉군의 전체 가구수는 1992년 현재 4,331가구이며 울릉읍이 2,908가구로 가장 많고 서면이 786가구 북면이 637가구로 구성되어 있다³⁾. 해안은 단조롭고 경사가 급하며 중앙의 나리분지를 제외하고는 평지가 거의 없다.

전체 4,331가구 중 주민의 20%는 농업에 종사하고 26%는 어업에 의존하고 있으며, 54%는 공무원, 운수업, 상업, 노동자 등이다. 식량작물로는 옥수수와 감자가 주종을 이루고 있으며 경지면적이 적어 대부분의 식량은 육지에서 반입하고 있다. 소득작물로는 약초(천궁)와 산채(삼나물, 고비, 더덕, 미역취 등) 및 마늘이 있으며 울릉도의 천궁 생산량은 전국 생산량의 65%를 차지하고 있다. 해산물로는 오징어(품질이 양호하여 국내는 물론 일본 동남아 일대에서도 호평을 받음), 명태(春太), 海태(돌김) 등인데, 해산물 중 제 1위를 차지하는 오징어의 경우 오징어의 수확에 따라 울릉군 전체 경제가 좌우될 정도로 어업이 지역 경제에 미치는 영향은 크다. 한번 출하하면 1개월 내지는 2~3개월 걸리는 오징어 잡이는 성수기가 대체로 6월부터 11월까지이며, 이 때에는 섬 전체의 경기가 활기를 띠지만 11월이 지나면 비수기에 접어들어 섬 전체의 경기가 침체되는 이원적인 경제 특성 때문에 특히 어업이 소득의 원천인 가정에서는 성수기 때에 그 해의 소비생활을 위한 소득 전부를 집중적으로 준비하는 경향이 있다. 소득은 해마다 유동적이고 불규칙하나 전반적인 소득수준은 과거와는 달리 판로의 개선으로 다른 어느 도서지역보다 높은 편이다.

종교는 주민의 62%가 기독교, 21%는 천주교, 17%는 불교로 울릉도에는 기독교가 지배적이라는 것을 알 수 있고, 이러한 종교적 영향으로 인하여 도서지역에서 어업 등으로 생계를 이루면서도 다른 도서지역과는 달리 용왕제나 해신제와 같은 문화가 거의 없는 실정이다. 군내의 크고 작은 모임도 대부분이 종교와 관련된 모임들이므로 파악되었다.

우리나라에서 처음으로 태양력을 사용한 것이 1895년(고종 3년)이므로 양력사용의 역사는 짧다고 할 수 있다. 따라서 울릉도에서도 음력에 의하여 모든 세시풍속의 기준을 삼고 있으며 농업은 물론 어업에 있어서는 더욱 음력에 기준하고 있다. 대표적인 명절은 설날, 정월대보름, 2월, 삼월 삼짇날, 사월 초파일, 오월 단오, 유월유두, 칠월 칠석, 팔월 추석, 구월 구일, 시월 상달, 십일월 동지, 십이월 제석(除夕) 등이며 모두 음력에 기준하고 있다³⁾.

III. 연구방법

1. 조사대상 및 기간

한국조리과학회지 제 10 권 제 2 호 (1994)

조사대상은 울릉군의 세 행정구역을 대표할 수 있는 지역으로 울릉읍은 도동, 저동, 사동, 서면은 남양, 북면은 천부, 현포의 6개동에 거주하는 주부를 대상으로 1992년 6월 27일까지 168가구를 방문하여 면접조사를 실시하였다.

2. 조사내용 및 분석방법

질문유형은 전통·생활문화의 현황을 알아보기 위하여 4가지 부문 즉 조사대상자들의 일반적 특성, 전통음식에 대한 의식구조, 특징적 향토음식 및 식품금기 등으로 구성된 설문지를 이용하였다. 향토음식과 금기식품에 관련된 문항들에 대해서는 주부들이 알고 있고 실제로 행하고 있는바를 그대로 보고하게끔 하였다. 수집된 자료중 통계처리 가능한 162부에 대하여 관련된 문항들을 기술 통계(descriptive statistics)로 빈도와 백분율을 산출하였고, X²검증을 적용하여 전통음식의 인지도와 특징적 향토음식 및 금기식품 등과 인구통계학적 변이들과의 관계를 분석하였다. 이상의 통계처리는 SPSS/PC 프로그램을 이용하였다.

IV. 결과 및 고찰

1. 조사대상자의 일반적 특성

조사대상자의 일반적 특성은 표 1과 같다. 가정의 직업은 어업이 35.6%로 비교적 높게 나타났고 농업은 17.5%로 파악되었다. 가계소득이 20만원 이하인 가구가 10%로 그 비율이 가장 낮았으며, 61~80만원인 가구가 29.1%로 가장 높은 비율을 보였다. 소득이 81만원 이상인 가구도 24.1%로 높게 나타나, 한산도 등의 타 도서지역에 비해 소득수준이 상당히 높다는 것을 알 수 있다. 주부의 교육수준은 국졸의 비율이 38.7%로 가장 높았고 중졸과 고졸의 비율은 비슷한 분포를 보였다.

면접에 응답한 주부의 연령분포를 살펴보면 30세 이하가 13%로 나타났고 30대가 30.8%, 40대가 22.2%, 그리고 50세 이상이 34%로 나타나 비교적 고른 분포를 보였다. 가족수는 3~4인가구가 약 반이상을 차지하여 지배적인 것으로 나타났다. 가족의 형태는 거의 대부분의 가구가 핵가족 형태를 취하고 있었고 확대가족의 형태를 취한가구는 9.3%에 불과하여 도시보다 더욱 핵가족화하는 경향을 보였다. 주부의 고향은 본고장 울릉도가 66.9%로 2/3이상을 차지했으며 기타 지역이 33.1%인데 이중 경북지역이 17.4%를 차지하였다.

2. 전통음식(의례·명절음식)을 배우게 된 경위

전통음식을 배우게 된 경위를 살펴본 결과가 표 2에 나타나 있다. 표에서 살펴볼 수 있듯이 전통음식을 배우게 된 경우에 영향을 미치는 변인은 주부의 연령, 교육수준, 가정의 직업인 것으로 나타났고, 가계소득과 주부의 고향은 영향력이 없는 것으로 나타났다.

변인별로 구체적으로 살펴보면 먼저 연령에 있어서 다

표 1. 조사대상자의 일반적 특성

상항변수	집 단	빈 도	백분율(%)
가장의 직업	농 업	28	17.5
	어 업	57	35.6
	기 타	75	46.9
가정의 수입	20만원 이하	16	10.0
	21~40만원	20	12.7
	41~60만원	38	24.1
	61~80만원	46	29.1
	81만원 이상	38	24.1
주부의 교육정도	국 졸	59	37.8
	중 졸	49	31.4
	고졸이상	48	30.8
주부의 연령	30세이하	21	13.0
	31~40세	50	30.8
	41~50세	36	22.2
	51세이상	55	34.0
가 족 수	1~2인	37	22.8
	3~4인	83	51.2
	5~6인	42	26.0
가족형태	핵 가 족	146	90.7
	확대가족	15	9.3
주부의 고향	울릉도	107	66.9
	기 타	53	33.1

른 연령층에 비해서 51세 이상인 주부들이 주로 전통음식을 친정 어머니 및 시어머니로부터 배우게 되었다고 응답하였다. 반면에 전통음식에 대해서 학교·매스컴 등을 통하여 배우게 되었다고 응답한 주부는 30대와 40대의 주부들이 각각 35.3%와 47%로 높은 분포를 보였고, 50대의 주부는 한명도 없었다.

주부의 교육수준과 전통음식을 배우게 된 경위와의 맥락을 살펴보면 교육수준이 낮을수록 친정 및 시어머니로부터 배우는 경향이 있고, 교육수준이 높을수록 학교 및 매스컴 등의 영향을 많이 받는 것으로 나타났다. 가구주의 직업도 전통음식을 배우게 된 경위에 영향을 미치는 변수로 나타났는데 가구주의 직업이 어업인 가정이 농업인 가정보다 친정 및 시어머니로부터 전통음식을 배우는 경향이 강하게 나타났고, 공무원, 상업 등이 포함된 기타 직업을 가진 가정에서는 주부들이 주로 학교교육 혹은 매스컴을 통해서 배우는 것으로 나타났다.

이와 같은 결과를 놓고 볼때 장구한 역사와 함께 이루어진 문화유산 중의 하나인 전통 음식문화를 통하여 당시 조상들의 식생활 풍속의 일면을 거슬러 올라가 추구해 볼 수 있으며, 또한 식생활양식이 변천되어 많이 간소화되고 빠른 속도로 밀려오는 세계 文物의 영향을 미쳐 소멸하지 못하여 우리의 전통적인 좋은 식생활문화를 버리지 않고 전통성이 혼합(combination)되어 버린 것이 요즘의 식생활문화의 현상이다. 그러므로 훌륭한 전통 식생활문화의

표 2. 전통음식(의례·명절음식)을 배우게 된 경위

변인	구 분	친정어머니	학교,매스	유의도
		및 시어머니 빈도(%)	컴, 책, 및 기타 빈도(%)	
주 부 의 연 령	30세 이하	14(11.3)	6(17.6)	$\chi^2=26.50^{**}$
	31~40세	38(30.7)	12(35.3)	
	41~50세	20(16.1)	16(47.1)	
	51세 이상	52(41.9)	0(0)	
계		124(100.0)	34(100.0)	
주 부 의 학 력	국 졸	53(44.5)	4(11.8)	$\chi^2=14.35^*$
	중 졸	36(30.3)	12(35.3)	
	고졸이상	30(25.2)	18(52.9)	
	계	119(100.0)	34(100.0)	
가 정 의 수 입	20만원 이하	13(10.7)	2(6.2)	$\chi^2=8.11$
	21~40만원	17(13.9)	2(6.2)	
	41~60만원	34(27.9)	4(12.5)	
	61~80만원	30(24.6)	14(43.8)	
	81만원 이상	28(23.0)	10(31.3)	
계		122(100.0)	32(100.0)	
가 장 의 직 업	농 업	23(18.8)	4(12.1)	$\chi^2=7.16^*$
	어 업	50(40.6)	7(21.2)	
	기 타	50(40.6)	22(66.7)	
	계	123(100.0)	33(100.0)	
주 부 의 고 향	울릉도	85(69.7)	21(61.8)	$\chi^2=0.44$
	타지역	37(30.3)	13(38.2)	
계		122(100.0)	34(100.0)	

*P<0.05, **P<0.01

뿌리를 굳건히 지켜 장래 우리의 다음 세대로 전해야 할 막중한 책임이 주부들 자신에게 있음을 깊이 인식해야 할 것이다. 그리고 지역단위로 전통 식생활문화의 계승을 위한 문화행사와 매스컴을 통한 홍보활동 등의 다양한 프로그램 개발이 필요한 것으로 생각된다.

3. 전통음식에 대하여 관심을 가지게 된 계기

전통음식에 대하여 관심을 가지게 된 계기를 조사·분석한 결과 주부의 연령·학력·소득·주부의 고향 등 모든 변수에 있어서 유의차가 인정되지 않았으나 조등⁴⁾의 경우에는 유의성이 있는 것으로 나타났는데 이는 도시와 도서지역간의 환경적 요인의 차이에 기인된 것으로 생각된다. 이에 대한 가능한 설명으로 다음과 같은 점을 들

수 있다.

도시의 경우 주부들이 전통음식에 관심을 갖는 계기가 되는 요인으로는 첫째 교육수준이 높아 학교교육에서 접할 기회가 많고 둘째 여가가 많아서 마스크 등 문화교육면에 접할 기회가 많으며 또한 도시는 농·어촌처럼 전통성을 중히 여기는 환경여건이 희박한 때문으로 생각된다. 농·어촌의 경우 모든 변수에 있어서 유의성이 없는 것은 첫째 젊은 사람들의 도시 이주로 인하여 중·장년층 주부들의 비율이 높아 이들이 옛날의 전통을 이어받는 맥락이며, 둘째 교육수준이 낮기 때문에 전통 식생활에 대한 학습의 기회가 매우 적으며, 셋째 여러가지 가사일(도시의 일상적인 가사일 외의 가장의 직업이 어렵인 경우 물일, 생계를 위한 노동 등)로 해서 시간적인 여유가 적으며, 넷째 율령도는 난청지역이므로 마스크의 영향을 거의 받지 못하기 때문으로 생각된다.

이는 전통음식이 가정전례에 의하여 자연습득의 경향이므로 학교교육이나 마스크 등의 특별한 계기가 없었기 때문인 것으로 생각된다. 현재 율령군 농촌지도소가 주최하고 율령군 4-H 후원으로 열리는 여러가지 행사 중 요리솜씨자랑 대회는 전통음식에 대한 관심도를 높이는 데 기여하는 좋은 프로그램이라고 생각된다.

4. 자주 이용하는 전통음식

평소 자주 이용하는 전통음식을 열거하고 제한없이 응답하도록 하여 얻은 결과는 표 3과 같다. 가장 자주 이용하는 전통음식은 식혜가 47.5%로서 대구⁹⁾의 약 2.4배로 나타났다. 이는 도시에 사는 사람들이 선호하고 있는 음료^{6,7,8,9,10)}인 콜라·사이다 등의 식품에 비하여 고유음료인 식혜의 선호도가 높은 것은 바람직한 현상이며 율령도는 도서지역이기 때문에 가격면이나 공급면, 그리고 전통성 중시 등의 요인이 작용했을 것으로 생각된다. 영양학적으로 볼 때 식혜는 엿기름의 당화효소의 작용으로 밤알을 삭혀 밤알의 비중이 작아지고 동시에 맥아당의 감미가 많이 생기게끔 만든 한국의 전통음료로서 역사가 깊으며¹¹⁾ 식품성분표¹²⁾에 의하면 식혜 100g당 단백질 2.4g, 탄수화물 22.7g이며 무기질 중 칼슘 75mg, 인 25mg으로서 권장할 만한 전통음료이다. 뿐만 아니라 시중에서 판매되는 음청류보다는 가정에서 손수 만들어 정성이 담긴 식혜 등을 자주 이용하는 것은 교육·영양·건강상 바람직하다고 생각된다. 식혜 다음으로 많이 이용하는 것은 떡으로서 41.6%인데 이는 대구⁹⁾의 약 1.4배이며 다음이 수정과 차종류(유자차 생강차 등)의 순으로 나타났다.

이와 같은 결과는 조등⁵⁾ 나⁵⁾와 비슷한 경향을 나타내고 있으며 일반적으로 명절·의례 등의 행사에 식혜와 떡은 빼놓을 수 없는 전통음식으로 실제 이용되고 있음을 알 수 있다.

5. 전통 상차림에 대한 인식도

우리나라의 전통 상차림에는 명절 상차림과 의례 상차

표 3. 자주 이용하는 전통음식

전통음식의 종류	빈도*	백분율(%)
떡	67	41.6
약과	4	2.5
수정과	16	9.9
식혜	77	47.5
화채	3	1.9
차종류	10	6.2
기타	8	4.9

*빈도는 조사 대상자 162명이 수에 제한없이 자주 이용하는 전통음식이라고 답한 수치임.

림이 있다. 명절에 특별히 차리는 음식인 절식은 태음력(太陰歷)에 의한 것이며 기풍(祈豐)·기복(祈福)·불화(祓禍)·소속감 신장(所屬感 伸張)·건강조절·정서순화 등과 같은 여러 의미에서 이루어졌으며¹³⁾, 의례 상차림은 각 의례를 의미하는 특별한 양식이 있어 그 의례의 목적에 따라 돌상, 큰상(혼례, 회갑, 진갑, 회혼례), 갯상(喪禮, 祭禮)으로 나눌 수 있으며^{14,15)} 계절에 따라 그 구성이 다양하다. 이와 같은 명절과 의례 상차림에 대한 인식도를 알아본 결과 표 4와 같다.

전통 상차림에 대한 인식도에 영향을 미치는 요인으로는 가장의 직업과 주부의 학력 및 연령 등으로 나타났다. 소득수준, 가족형태, 주부의 고향은 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

전통 상차림에 대한 인지도 분류와 각 변인과의 관계를 구체적으로 살펴보면, 가장의 직업 중에서 어업의 경우 잘 알고 있다고 응답한 주부가 45.8%로 가장 높게 나타난 반면, 가장의 직업이 기타인 가정의 주부가 농업이나 어업인 가계의 주부보다 조금 알고 있다고 44.4%, 모른다고 응답한 주부의 분포가 64.9%로 월등히 높게 나타났다. 따라서 다른 직업에 비해 가장의 직업이 어업인 가계의 주부가 농업이나 기타직업인 가계의 주부보다 전통 상차림에 대한 인지도가 높다고 할 수 있다.

주부의 학력과 전통 상차림에 대한 인지도와의 관계에서 잘 알고 있다고 응답한 주부의 분포가 국졸 이하가 50.0%로 가장 높게 나타났고, 중졸과 고졸은 각각 25%를 차지하였다. 모른다고 응답한 주부는 국졸이 52.8%로 가장 높은 비율이었으며, 중졸, 고졸의 2배 이상으로 나타났다. 조금 알고 있다고 응답한 주부는 중졸이 가장 높게 나타났다(40.6%). 국졸은 잘 알고 있다고 모른다와 비슷한 비율이며 중졸의 경우 조금 알고 있다고 모른다의 1.8배 이상으로 나타났고 고졸 이상은 잘 알고 있다고 모른다와 같은 비율(25.0%)이었다. 주부의 학력은 잘 알고 있다, 모른다의 경우 다 같이 학력이 낮을수록 비율이 높았으며 조금 알고 있다는 학력이 높은 쪽이 높게 나타났다.

주부의 연령은 51세 이상인 집단에서 전통 상차림에 대하여 잘 알고 있다고 응답한 주부가 49.0%로 가장 높았는데 이는 30세 이하의 약 6배에 해당하였다. 이것은

나⁵⁾와 같은 경향을 보였으며 나⁵⁾의 약 1.6배 정도였다. 조금 알고 있다고 응답한 집단은 30대에서 가장 높게 나타났고, 조금 알고 있다고 응답하였거나 모른다는 응답에서 가장 낮은 비율을 차지한 것은 30세 이하의 집단인 것으로 파악되었다. 즉 모른다는 응답에 있어서는 40대와 50대 이상이 같은 비율을 보였고(32.4%), 30세 이하의 경우 잘 알고 있다는 응답과 모른다는 응답이 8% 정도였으며 조금 알고 있다는 응답은 이것의 약 2배 정도로 나타났다.

전반적으로, 전통 상차림에 대한 인식도는 학력이 낮을수록 그 비율이 높았으며 연령이 많은 쪽이 인식도가 높게 나타났다. 따라서 국제화 시대의 도래로 우리나라의 식생활 패턴도 많이 산업화되어 전통상차림의 이용이 감소·감소화하는 경향이므로 차세대를 위하여 우리의 전통 식생활문화와 외래 식생활문화가 조화를 이루면서 우리의 것이 계승될 수 있도록 가정·학교교육을 통한 지도·계몽이 요망된다.

6. 가정에서 시행하는 명절

명절용 세시풍속에서 두드러지게 기념하는 날을 말하며 여기에는 十二支日과 24節候에 따라 관습적으로 행하는 행사가 있으며 이러한 행사는 매년 반복됨으로써 세시풍속화 하여 생활의 일부가 되어왔다¹⁰⁾. 울릉도 지역의 각 가정에서 현재 지켜지고 있는 명절을 수에 제한없이 응답하도록 하여 얻은 결과는 표 5와 같다. 설날이 95.7%로 가장 높은 비율을 차지하였으며 다음이 추석(74.1%), 정월대보름(70.4%), 동지(44.4%)의 순으로 나타났다. 이와 같은 결과는 농촌과 도시지역을 비교한 나⁵⁾, 설¹⁶⁾, 임¹⁷⁾, 및 김등¹⁸⁾과 같은 경향을 보여주었다.

가정에서 시행하는 명절의 빈도분포에서 본 연구와 나⁵⁾, 설등¹⁶⁾, 임¹⁷⁾, 및 김등¹⁸⁾의 연구결과와 비슷한 경향으로 나타났다. 즉 도시와 농촌을 배경으로 한 선행연구들과 마찬가지로 어촌을 배경으로 한 본 연구에서도 거의 대부분의 가정에서 설날과 추석을 지내는 것으로 파악되었다. 반면에 동지의 경우 울릉도에서는 약 45%의 가정에

표 4. 명절·의례 상차림에 대하여 아는 정도

변 인	구 분	잘 알고 있다	조금 알고 있다	모른다	유의도
가장의 직업	농 업	10(20.8)	14(19.4)	4(10.8)	$\chi^2=8.62^*$
	어 업	22(45.8)	26(36.1)	9(24.3)	
	기 타	16(33.3)	32(44.4)	24(64.9)	
계		48(100.0)	72(100.0)	37(100.0)	
가정의 수입	40만원 이하	13(26.5)	12(16.7)	11(32.4)	$\chi^2=4.08$
	41~60만원	11(22.4)	20(27.8)	6(17.6)	
	61~80만원	13(26.5)	22(30.6)	9(26.5)	
	81만원 이상	12(24.5)	18(25.0)	8(23.5)	
계		49(100.0)	72(100.0)	34(100.0)	
주부의 학력	국 졸	24(50.0)	16(23.2)	19(52.8)	$\chi^2=12.78^{**}$
	중 졸	12(25.0)	28(40.6)	8(22.2)	
	고졸이상	12(25.0)	25(36.2)	9(25.0)	
계		48(100.0)	69(100.0)	36(100.0)	
주부의 연령	30세 이하	4(8.2)	13(17.8)	3(8.1)	$\chi^2=11.15^*$
	31~40세	14(28.6)	25(34.2)	10(27.0)	
	41~50세	7(14.3)	16(21.9)	12(32.4)	
	51세 이상	24(49.0)	19(26.0)	12(32.4)	
계		49(100.0)	73(100.0)	37(100.0)	
가족의 형태	핵 가족	46(93.9)	62(86.1)	36(97.3)	$\chi^2=4.45$
	확대가족	3(6.1)	10(13.9)	1(2.7)	
계		49(100.0)	72(100.0)	37(100.0)	
주부의 고향	울 릳 도	34(70.8)	45(61.6)	27(73.0)	$\chi^2=1.87$
	타 지 역	14(29.2)	28(38.4)	10(27.0)	
계		48(100.0)	73(100.0)	37(100.0)	

*P<0.10 **P<0.01

표 5. 시행하는 명절

명절의 종류	빈도*	백분율(%)
설날	155	95.7
정월대보름	114	70.4
삼짇날	19	11.7
사월초파일	35	21.6
한식	11	6.8
단오	15	9.3
칠석	8	4.9
삼복	13	8.0
추석	120	74.1
중구절	12	7.4
동지	72	44.4
기타	20	12.3

* 빈도는 조사대상자 162명이 시행하는 명절을 수에 관계없이 응답한 수치임.

서만 지내는 것으로 나타났으나 도시와 농촌을 배경으로 한 선행연구에서는 거의 대부분의 가정에서 동지를 지내는 것으로 나타났다. 사월초파일은 울릉도 지역이 21.6%로서 대구¹⁴⁾가 약 1.8배, 청주¹⁵⁾가 약 1.3배, 강원도 지역¹⁶⁾이 1.1배 이상, 전주¹⁷⁾가 1.2배 이상 더 높게 나타났다. 이와 같은 결과는 울릉도지역의 종교적 배경 때문인 것으로 생각된다. 즉 주민의 62%가 기독교, 21%가 천주교, 17%의 주민이 불교를 믿어 기독교의 지배적인 분포에 기인된 것으로 추측된다.

전체적으로 보아 울릉도가 다른 지역보다 대체로 낮은 비율을 기록하였으므로 뜻이 담긴 우리의 전통적인 고유 명절을 다음 세대로 이어질 수 있도록 가정과 학교에서의 교육이 절실히 요망된다.

7. 명절과 행사시 전통·외래음식의 이용도

우리의 조상들은 많은 명절과 행사를 지켜왔으며 이러한 많은 명절과 행사는 생활의 정서와 풍요함을 나타내 주며, 화목과 우애를 돈독히하고 예의 범절을 가리는 교육의 장이기도 하며 중요한 것은 전통문화의 전승과 발전상을 보여주는 것이다. 그러나 세계 문물의 급속한 도래로 우리의 것이 점차 사라져가는 상황하에서 재래의 문화유산인 명절과 행사 그리고 그에 따른 전통 음식법의 전승도 변화되거나 점진적으로 희박하게 되어가고 있는 것이 오늘의 현실이다. 이러한 전통생활의 변화 추이를 살펴보기 위하여 명절과 행사시 전통·외래음식의 이용도를 본 결과는 표 6과 같다.

명절시 전통·외래음식의 이용도에 영향을 미치는 변수는 주부의 학력과 연령이며, 가장의 직업, 가계소득, 가족의 형태, 주부의 고향과는 관계가 없는 것으로 나타났다. 먼저 주부의 교육수준에 있어서 전통음식의 이용은 국졸이 40.7%로 가장 높았으며 다음이 중졸 고졸 이상의 순으로 나타났다. 전통·외래음식의 혼용은 고졸이상이 60.0%로 가장 높은 비율을 보였고 다음이 중졸 국졸의 순이 한국조리과학회지 제 10 권 제 2 호 (1994)

었다. 그리고 국졸의 경우 전통음식 이용이 혼용의 2.7배 이상이었으며 고졸 이상은 혼용이 전통음식의 2.2배 이상이었다. 주부의 연령과의 관계를 보면 전통음식 이용은 51세 이상이 35.7%로 가장 높게 나타났으며, 30세 이하의 집단이 51세 이상 집단의 1/3정도로 가장 낮게 나타났다. 전통·외래음식의 혼용율은 30대가 55%로 가장 높았다.

따라서 명절시 전통음식의 이용은 학력이 낮을수록 더 많이 이용하는 경향이 있다는 것을 알 수 있다. 전통·외래음식의 혼용에 대한 이용도는 학력이 높을수록 더 높은 비율을 보였고, 연령은 다른 집단에 비해서 30대가 더 많이 혼용하는 경향이 있었다.

명절시 전통·외래음식의 이용도와는 달리 행사시 전통·외래음식의 이용도에는 주부의 학력과 연령 이외에 가계소득에 따라서는 차이가 남을 알 수 있다. 가계소득과 전통음식의 이용 실태를 살펴보면 소득수준이 낮을수록 전통음식을 이용하는 반면, 소득수준이 높을수록 외래음식이나 외래음식과 우리 전통음식을 혼용하는 경향이 있는 것으로 나타났다. 구체적으로 살펴보면 전통음식 이용은 소득집단 중에서 40만원 이하 집단이 30%로 그 분포가 가장 높는데 비해 81만원 이상 집단이 17.8%로 가장 낮았다. 외래음식 이용도는 61~80만원 집단이 가장 높았고, 혼용은 81만원 이상의 집단이 약 40% 정도로 가장 많이 이용하는 것으로 나타났다.

주부학력의 경우 교육수준이 낮을수록 전통음식을 이용하고 교육수준이 높을수록 외래음식이나 혼용을 이용하는 경향이 있었다. 즉 전통음식 이용실태에 있어서 국졸집단이 47.2%로 중졸의 30.3%나 고졸 이상의 22.5%보다 월등히 높게 나타났다. 혼용음식의 이용에 있어서는 고졸 이상이 45.9%로 가장 높게 나타났으며 국졸 중졸은 각각 27%를 차지하였다. 특히 국민학교를 졸업한 주부들 중에 행사시 외래음식을 이용하는 주부는 한명도 없었다.

주부의 연령과 행사시 전통음식과 외래음식의 이용도를 살펴보면, 전반적으로 연령이 많을수록 전통음식을 이용하는 경향이 있고 젊은 연령층일수록 외래와 혼용을 선호하는 경향이 강하게 나타났다. 전통음식 이용에서 51세 이상의 집단이 44.6%로 가장 높았고 30세 이하가 6.5%로 가장 낮았다. 외래음식과 전통·외래음식의 혼용에 있어서 다른 연령집단들에 비해서 30대가 각각 55.6%와 41.0%로 가장 높은 비율을 보였다. 주부의 연령이 행사시 전통·외래음식의 이용도에 가장 영향을 많이 미치는 것으로 나타났다.

이상의 결과를 볼 때 명절과 행사시 전통·외래음식의 이용도는 학력이 낮을수록 연령이 높을수록 전통음식을 많이 이용하고 있으며 반대로 학력이 높을수록 혼용음식 이용이 높은 것으로 나타났다. 그리고 명절과 행사시 모두 30대가 혼용음식의 이용이 가장 높았다. 조등¹⁸⁾ 나¹⁹⁾에 의하면 가정에서 외래음식을 선호하는 이유 중 간편성이 가장 지배적인 이유로 파악되었는데, 울릉도 지역의 경우 명절·행사시 모두 전통음식을 많이 이용하는 것으로 나타났다. 이는 관습에 따라 전래음식을 선호하는 경향 때

표 6. 전통·외래음식의 이용도

변인	구분	명절시 전통·외래음식의 이용도				행사시 전통·외래음식의 이용도			
		전통	외래	혼용	유의도	전통	외래	혼용	유의도
가장의 직업	농업	1(25.0)	1(5.0)	24(18.9)	$\chi^2=3.35$	2(25.0)	4(10.3)	15(16.5)	$\chi^2=2.52$
	어업	1(25.0)	7(35.0)	48(37.8)		2(25.0)	14(35.9)	37(40.7)	
	기타	2(50.0)	12(60.0)	55(43.3)		4(50.0)	21(53.8)	39(42.9)	
계		4(100.0)	20(100.0)	127(100.0)		8(100.0)	39(100.0)	91(100.0)	
가정의 수입	40만원 이하	3(75.0)	4(21.1)	28(22.2)	$\chi^2=10.33$	1(11.1)	4(10.5)	27(30.0)	$\chi^2=12.41$ **
	41~60만원		2(10.5)	35(27.8)		1(11.1)	8(21.1)	24(26.7)	
	61~80만원		6(31.6)	35(27.8)		4(44.4)	11(28.9)	23(25.6)	
	81만원 이상	1(25.0)	7(36.8)	28(22.2)		3(33.3)	15(39.5)	16(17.8)	
계		4(100.0)	19(100.0)	126(100.0)		9(100.0)	38(100.0)	90(100.0)	
주부의 학력	국졸	3(75.0)	3(15.0)	50(40.7)	$\chi^2=12.12$ **		10(27.0)	42(47.2)	$\chi^2=12.93$ ***
	중졸		5(25.0)	40(32.5)		4(50.0)	10(27.0)	27(30.3)	
	고졸이상	1(25.0)	12(60.0)	33(26.8)		4(50.0)	17(45.9)	20(22.5)	
계		4(100.0)	20(100.0)	123(100.0)		8(100.0)	37(100.0)	89(100.0)	
주부의 연령	30세 이하	1(25.0)	4(20.0)	16(12.4)	$\chi^2=11.00^*$ *	3(33.3)	10(25.6)	6(6.5)	$\chi^2=26.85$ ***
	31~40세		11(55.0)	36(27.9)		5(55.6)	16(41.0)	20(21.7)	
	41~50세	1(25.0)	1(5.0)	31(24.0)			6(15.4)	25(27.2)	
	50세 이상	2(50.0)	4(20.0)	46(35.7)		1(11.1)	7(17.9)	41(44.6)	
계		4(100.0)	20(100.0)	129(100.0)		9(100.0)	39(100.0)	92(100.0)	
가족의 형태	핵가족	3(100.0)	8(90.0)	117(90.7)	$\chi^2=0.32$	8(88.9)	37(94.9)	81(89.0)	$\chi^2=1.14$
	확대가족		2(10.0)	12(9.3)		1(11.1)	2(5.1)	10(11.0)	
계		3(100.0)	20(100.0)	129(100.0)		9(100.0)	39(100.0)	91(100.0)	
주부의 고향	울릉도	3(75.0)	13(65.0)	85(66.9)	$\chi^2=0.15$	5(62.5)	25(64.1)	63(68.5)	$\chi^2=0.31$
	타지역	1(25.0)	7(35.0)	42(33.1)		3(37.5)	14(35.9)	29(31.5)	
계		4(100.0)	20(100.0)	127(100.0)		8(100.0)	39(100.0)	92(100.0)	

*P<0.10 **P<0.05 ***P<0.01

표 7. 향토음식의 종류

향토음식	빈도*	백분율(%)
감자떡	62	38.3
감자밥	10	6.2
감자부침	7	4.3
산나물 요리	55	34.0
오징어 회/각종 오징어 요리	79	48.7
산채 비빔밥	11	6.8
호박엿	34	21.0
기타	24	14.8

* 빈도는 조사 대상자 162명이 수에 관계없이 특징적 향토음식이라고 답한 수치

문인 것으로 생각되며 뿐만 아니라 섬이라는 지역적 특성도 작용한 것으로 추측된다.

8. 향토음식의 종류

울릉도의 향토음식은 울릉도라는 특정지역의 産物을 재료로 하여 그곳에 적응한 조리법으로 발달하여 온 다양한 음식물이 있으며 그 비율은 표 7과 같다. 울릉도의

향토음식 중 가장 높은 비율을 가지는 것은 오징어회 및 각종 오징어 요리(오징어 무침, 구이, 조림, 튀김, 순대 등)로서 48.7%를 차지하였으며, 그 다음이 이 지역에서 많이 재배하는 감자로 만든 감자떡(38.3%)이었고, 산나물 요리(취나물, 미역취, 삼나물, 고비, 더덕 등)는 34.0%, 호박엿은 21.0%를 차지하였다. 그 외에 이용하는 향토음식으로는 흥합밥, 흥합국수, 개나리뿌리밥, 개내뿌리떡, 감자팔죽, 옥수수죽, 콩치겉, 호박술 등이 포함된다. 울릉도 지역의 향토음식의 종류와 조리내용이 표 8에 나타나 있다.

우리의 식생활이 소득증대와 더불어 외래 음식이 대량 유입되면서 식생활 패턴이 변화되어 성인병의 유발이 확대되어 가고 있는 현 상황에서 어느 소수 식품에 기호가 편중된 영양불균형을 탈피하고 균형된 식품섭취로 건강을 유지시키기 위하여 일상 용이하게 활용할 수 있는 전통 음식의 개발과 전승의 필요성이 강조되어야 하겠다. 그리고 우리의 고유한 식생활문화를 계승함과 동시에 외래 음식문화를 우리의 생활과 감정 그리고 기호에 맞는 음식으로 조화시켜 나가야 참된 식문화 형성이 가능할 것

으로 생각된다.

9. 금기식품의 종류와 금기 이유

禁忌(taboo)란 샤머니즘의 의식에서 기인된 일종의 민간 신앙으로 민중사이에 생활양식화 되어 민족사회의 유행으로 침전되고 기층을 형성하는 경향을 지니는데¹⁹⁾ 食에 대한 금기도 우리의 생활속에 고착되어 버린 생활양식의 일면인 것이다. 이러한 금기식품에 대한 울릉도 지역의 실태를 표 9에 제시하였다. 태아의 금기식품은 오리고기가 17.9%로 가장 높았으며 다음이 닭고기(13.0%), 커피(9.3%), 술(8.6%)의 순이었다. 금기 이유의 근거로는 오리고기는 손·발이 오리발처럼 붙는다고 생각하며, 닭고기는 피부가 닭의 피부처럼 된다고 믿는 경향이 있다. 커리플마시면 태아의 피부가 검어진다고 생각하며, 술은 태아의 기억력을 감퇴시킨다고 믿고 있었다.

수유 금기식의 경우 인삼(3.7%)은 젖이 마른다고 하였으며, 주부의 37.1%가 고기잡이를 나갈때는 개고기를 먹

으면 부정탄다고 믿고 금해야 된다고 응답하였다. 질병과 관련된 금기식품은 돼지고기가 15.4%로 가장 높았으며 다음이 닭고기(13.0%)였는데 이들은 모두 감기, 중풍, 고혈압에 좋지 않다고 금기 이유를 밝혔는데 김등²⁰⁾ 김등²¹⁾ 박등²²⁾과 같은 경향을 나타냈는데 이는 과학적인 근거가 있다고 생각된다. 그러나 표 9에서 보는 바와 같이 비과학적 요인에 의한 금기이유가 대부분인 것으로 나타났다.

이상에서 볼때 금기식품에 의한 일반적인 우려는 나쁜 식습관형성과 이에 따른 영양 불균형에 의한 영양실조 및 질병 유발의 근원이 될 수 있다²³⁾는 점이다. 그러나 울릉도 지역의 경우 80% 이상이 기독교(62.0%) 천주교 (21.0%)이며 불교가 17.0%에 불과하여 불교의 성행과 금기식품과의 관계를 감안할 때 불교의 비율이 낮고 기독교 사상의 미신타파의 교리로 인하여 상기 기술한 전장상의 우려는 그다지 고려하지 않아도 될 것으로 생각된다.

V. 요약 및 결론

표 8. 울릉도 지역의 특징적 음식의 종류

음 식 명	재 료	조 리 내 용
감자떡	감자 팥(콩)	① 감자를 갈아서 물을 부어 휘저어 놓는다(20분 정도) ② 이것을 자루에 넣어 찐다. ③ 자루에 넣어 찬 물을 1시간 정도 가만히 놔두어 앙금을 앉힌다(감자몽매라고 칭하고 있음). ④ 감자 같은 건더기와 감자몽매를 합하여 치댄다(많이 치밀수록 부드럽고 차지다). 식성에 따라 이때 소금과 설탕을 넣어 간함. ⑤ 팥은 삶아 뿔아서 체에 걸러서 보드라운 가루를 받는다(소금 혹은 설탕으로 간한다). ⑥ 대나무 체반(원형)에 가재나 삼베를 깔고 ④의 감자반죽을 잘다져* 두께 1cm정도로 하여 아래·위에 고평**을 뿌린다음 30분간 찐다. *체반위에 바로 감자 반죽을 얹으면 위면이 울퉁불퉁 하므로 재래식 솥뚜껑은 뒤집어 놓고 감자 몽매를 찔쌀때처럼 약간의 물을 뿌리면서 손으로 자박자박하여 평평하게 한 다음 찌면 모양이 반반하게 된다. **고포로 하지 않을 경우에는 양대, 팥, 울릉 등을 살마아서 감자반죽에 넣어 섞기도 한다.
홍합밥	쌀 홍합 양념장 (고추장, 참기름, 깨)	① 쌀은 씻어서 30분간 물에 담근다. ② 홍합은 까서 깨끗이 씻어 놓는다. ③ 솥에 쌀을 넣고 밥물을 잡은 다음 여기 홍합을 넣고 참기름, 진간장으로 밑 간을 하여 밥을 짓는다. (*홍합에서 물이 많이 나오므로 밥물을 잡을 때 보통 밥을 지을때 보다 1/3 정도 줄인다). ④ 고추장에 참기름, 깨를 넣어 양념장을 만든다. ⑤ 밥이 다 되었으면 그릇에 보기 좋게 푼 다음 양념장을 곁들여낸다.
호박엿	늪은 호박	① 호박은 껍질을 벗기고 속을 제거한 다음 썰어서 푹 삶는다. ② 이것을 으개어서 엿기름(원료의 0.2~0.5%)에 삭힌다. ③ ②를 서서히 졸인다(호박 잼) ④ 여기서 다시 옥수수 물엿을 넣어 졸인다. 이것이 젤리 엿인데 호박이 80%정도 이다. ⑤ 이것을 쳐서(요즘은 기계를 사용) 판엿(덩어리 엿)을 만들고 이를 잘라서 가락 엿으로 한다. 이 엿은 호박이 70%정도 이다.
삼나물 무침	삼나물 (마른것) 초고추장: 식초, 마늘, 간장, 깨, 고추장	① 마른 삼나물을 시간 정도 물에 담근다. ② 이것을 끓여 김이 나면 6~7분 더 끓인 후 약한 불로 14~15분 정도 끓여 약간 말랑말랑하게 되었으면 그대로 얼마동안 둔다. ③ 다음 때때로 물을 갈아주며 24시간 후에 전져서 물기를 찐다. ④ 이것을 초고추장에 무친다.

표 9. 금기식품의 종류 및 금기이유

변인	금지식품	빈도*	백분율	금지이유	과학적	비과학적	
태아	오리고기	29	17.9	손·발이 오리발처럼 붙는다.		○	
	닭고기	21	13.0	닭 피부처럼 된다.		○	
	문어		12	7.4	닭이 발로 짹짹 굽듯이 커서 남을 못살게 굽어낸다.		○
					머리가 벗겨진다.		○
	개고기		6	3.7	손·발이 많게 또는 기형으로 태어난다.		○
					뼈가 없기 때문에 골격이 튼튼하지 못하다.		○
	죽은고기		7	4.3	사사로운 재가 많다.		○
					뇌기능에 좋지 않다.		○
	술		14	8.6	기억력이 없어진다.		○
					머리가 둔해진다.		○
피부가 검어진다.						○	
기타		15	2.4	몸에 해롭다.	○		
수유	인삼	6	3.7	젖이 마른다.		○	
	식혜 (엿기름)	3	1.9	젖을 삭힌다. 태를 삭힌다.		○	
고기 잡이	개고기	23	37.1	부정한다.		○	
	기 타	18	11.1				
질병	돼지고기	25	15.4	감기·중풍·고혈압에 좋지 않다.	○		
	닭고기	21	13.0	감기·중풍·고혈압에 좋지 않다.	○		
	과 일	6	3.7	감기에 좋지 않다.			
	생선	5	3.1	눈병이 자주 난다.(다래끼)		○	

빈도는 조사대상자 162명이 수에 관계없이 금기식품이라고 답한 수치임.

본 연구는 울릉도 지역의 주부를 대상으로 하여 전통 음식과 금기식품에 대한 실태를 파악함으로써 이 지역의 전통문화의 계승과 발전의 기초자료를 제공하고자 얻어진 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 울릉도 지역의 일반적 특성에 있어서 가장의 직업은 어업이 가장 많았고, 농업은 어업의 2/1정도 이었다. 소득은 20만원 이하가 가장 낮은 비율이며, 61~80만원이 가장 높게 나타났다.

둘째, 전통음식을 배우게 된 경우는 연령이 높을수록 그리고 학력이 낮을수록 친정 어머니 및 시어머니로부터 전승·습득하는 경향이 있고 젊고 교육수준이 높은 주부들은 학교·매스컴 등의 영향을 주로 받는 것으로 나타났다. 그리고 가계소득과의 관계에서 소득이 높을수록 어른들로부터의 습득하는 경향을 보여주었는데, 이는 연령과 생활기반과의 관계로 추측된다.

셋째, 전통 상차림에 대한 인식도는 잘 알고 있다는 경우, 학력이 낮을수록 연령이 높을수록 높은 비율을 나타냈다. 전통음식(명절·행사시)의 이용도는 학력이 낮을수록 높았으며 연령이 많을수록 높은 비율을 차지하였다. 향토음식은 울릉도의 지역적·환경적 특성이 그대로 반영된 재료들로 만들어지고 토착화된 음식인 오징어회, 감자떡, 산나물 요리, 호랑떡의 순으로 나타났다.

네째, 식품금기는 울릉도의 종교적인 배경으로 인하여 금기식이 성행하지 않는 것으로 추측된다. 금기식이라고

답한 오리고기와 개고기는 도시의 경우 가정에서 특히 여름에 즐겨먹고 또 전문 음식점도 많이 있으나 울릉도는 도서지역의 특수성으로 인하여 주민들이 선호하지 않는 것으로 추측된다.

이상의 결론으로 미루어 다음과 같은 제언을 하고자 한다. 전통 식생활문화에 대한 인식도나 이용도를 높일려면 어릴때부터 서서히 가정에서 자주 접하므로써 확고하게 습득하여 몸에 배이게 하고 더불어 학교교육을 통하여 더욱 강조함으로써 범람하는 외래 음식문화 속에서도 우리 음식이 뿌리를 내리고 그것과 조화시켜 나갈 것으로 생각된다. 전통음식에 대한 교육현황을 조사한 이등²⁰⁾의 연구에 의하면 대부분의 주부들이 어려서 가정교육을 받지 않았다고 하였고, 가정과 학교에서 전통음식에 대한 교육이 필요하다고 응답한 주부가 약 90%정도로 나타나 가정과 학교에서 다같이 전통 음식문화에 대한 교육이 강조되고 있다. 학교교육에 있어서 저학년에서는 전통 식생활문화에 대한 사고와 지식과 기술습득으로 우리의 것을 지키기 위한 신념을 가지고 전통 식문화의 전승에 역점을 두어 교육하여야 하며, 고학년에서는 외래 식문화와 접하도록 하여 우리의 전통 식문화와의 조화를 시도하는 것이 바람직할 것으로 생각된다. 향토음식에 있어서는 지역의 특징적인 음식을 만드는 방법을 간직해 온 사람들을 발굴하여 고향음식을 재현하는 전시회나 품평회를 정기적으로 가지도록 하며, 또한 대중매체를 통한 꾸준한 홍

보 활동으로 향토음식의 맥을 이어야 하겠다.

참고문헌

1. 윤서석: 민속식연구, 한양대학교 한국생활과학연구, 3(3): (1989).
2. 김상순: 한국 전통식품의 과학적 고찰, 숙명여자대학교 출판부, (1985).
3. 울릉군지: 울릉군 (1992).
4. 조연수, 홍상욱, 한재숙: 전통음식에 관한 도시 주부들의 의식조사 연구-대구지역을 중심으로-, 한국식문화학회지, 3(3): (1988).
5. 나 철: 절식음식에 관한 도시여성들의 의식동향 조사, 계명대학교 비사논문집, (1985).
6. 모수미, 김창업, 이십열, 이경신, 최경숙: 페스트 푸드의 외식행동에 관한 실태조사-여의도 아파트단지를 중심으로-, 한국식문화학회지, 1(3): (1986).
7. 모수미, 천미정, 박수경, 이수경: 페스트 푸드 외식행동에 관한 2차 실태조사 -여의도 아파트단지를 중심으로-, 한국식문화학회지, 4(1): (1989).
8. 김연수, 정낙원, 이효지: 아동의 식습관과 기호에 관한 연구, 한국조리과학회지, 6(2): (1990).
9. 박성효, 이효지: 서울시내 남·녀 고등학생들의 식습관과 건강상태에 관한 연구, 한국조리과학회지, 7(1): (1991).
10. 한명주: 서울지역 대학생들의 페스트 푸드의 외식행동에 관한 실태조사, 한국식문화학회지, 7(2): (1992).
11. 윤서석: 한국음식 -역사와 조리-, 수학사 (1992).
12. 농촌진흥청 농촌영양개선 연구원: 식품성분표 제 4개정판 (1991).
13. 윤서석: 한국식품사 연구, 신광출판사 (1986).
14. 황혜성: 한국음식, 민서출판사 (1980).
15. 강인희, 이경복: 한국식생활풍속, 삼영사 (1984).
16. 설민영, 김을상, 한양일: 청주지역 세시음식에 관한 연구, 한국식문화학회지, 6(3): (1991).
17. 임낭순: 우리나라 절식에 관한 연구, 한국식문화학회지, 1(4): (1986).
18. 김향희, 황춘선: 한국절식의 시행실태에 관한 지역별 비교 연구 -강릉, 대구, 대전, 전주지역을 중심으로-, 한국식문화학회지, 6(2): (1991).
19. 이광규: 한국가정생활사, 한국방송통신대학 (1987).
20. 김기남, 모수미: 제주도지역의 식품금기에 관한 조사연구II -분단기를 중심으로-, 대한가정학회지, 10(1): (1977).
21. 김기남, 모수미: 청주지역 식품금기에 관한 연구(I), 한국영양학회지, 10(1): (1977).
22. 박모라, 황춘선: 금기식이 식생활 양식에 미치는 영향 및 의의연구(대구지역을 중심으로), 한국식문화학회지, 3(3): (1988).
23. 박일화: 영양원리와 식이요법, 이대출판부 (1976).
24. 이영남, 김신자, 김복남: 전통음식의 현황에 관한 연구, 한국식문화학회지 6(1): (1991).