

한국신문에 게재된 식생활 전반에 관한 기사내용의 영양과학적 분석

— 1960년 1월부터 1996년 6월까지 —

제 1보: 식습관 및 식품소비패턴에 관한 조사연구

박영심¹ · 장미라² · 김은경³ · 명춘옥⁴ · 남혜원⁵

¹신흥전문대학 식품영양과

²연세대학교 생활과학대학 식품영양학과

³강릉대학교 생명과학대학 식품과학과

⁴오산전문대학 식품조리과

⁵수원여자전문대학 식품영양과

(1996년 11월 9일 원고접수)

The Content Analysis of Food and Nutrition Articles in the Korean Newspapers

— From January 1960 to June 1996 —

I. Food Habits and Food Consumption Patterns

Young-Sim Park¹, Mi-Ra Jang², Eung-Kyung Kim³, Chun-Ok Myung⁴ and Hae-Won Nam⁵

¹Department of Food and Nutrition, Shinheung Junior College

²Department of Food and Nutrition, Yonsei University

³Department of Food and Science, Kangnung National University

⁴Department of Food and Cooking, Osan Junior College

⁵Department of Food and Nutrition, Suwon Women's Junior College

(Received November 9, 1996)

Abstract

The purpose of this study was to evaluate the important changes and the trends in Korean newspaper articles related to 1) food habits and food consumption patterns 2) nutrition, health and diseases 3) food safety and policy. The method used in this study was content analysis of the articles pressed in Donga ilbo and Choseun ilbo from January 1960 to June 1996. Among the total 1814 articles, those on nutrition, health and disease were 922 (50.8%), food safety and policy were 490 (27%) and food habits and consumption patterns were 402 (22.2%). The articles related to food habits and consumption patterns dealt with four contents, food habits reformation, changes in food consumption patterns, nutritional status and food habits. The frequencies of food habits content were highest (51.1%) and especially increased in 1980's and 1990's as the concerns on health and pursuit of convenience were increased. Most of contents related to food habits were health and longevity diet (44%) and eating out (27.5%). The percentile of food habits reformation, the changes in food consumption patterns and nutritional status were 20.1%, 18.4% and 10.0%, respectively. The contents of food habits reformation were most interested in 1960's when food shortage and poverty prevailed. Nowadays, the major subjects of food habits reformation were changed to the problem of wastage and the use of our agricultural foods. The frequencies of change in food consumption patterns were gradually increased from 1960's (7 item) to June 1996 (34 items). And the most of contents related to nutritional status were focused on suffering from food shortage especially in 1960's.

총 론

식생활은 다른 문화에 비하여 상당히 보수적이지만

1960년대 이후 식생활에도 서구화의 바람이 불고 있다. 즉, 우리의 음식 문화는 점점 세계화 되어 가고 있으며, 가공식품의 유행과 빈번한 외식에 의해 일상적인 가

표 1. 식생활전반에 관련된 기사의 주제별, 연대별분류

주제	1960년대	1970년대	1980년대	1990-1996.6	계(%)
식습관 및 식품소비패턴	83(25.6)	62(19.7)	123(27.3)	133(18.5)	402(22.2)
영양 및 건강, 질환	105(32.3)	115(36.6)	227(59.3)	475(65.6)	922(50.8)
식품위생 및 정책	137(42.1)	137(43.7)	101(22.4)	115(15.9)	490(27.0)
계(%)	325(100.0)	314(100.0)	451(100.0)	724(100.0)	1814(100.0)

정식에도 새로운 변혁이 일고 있다. 변화의 요인으로는 빠른 경제성장과 서구 문물의 도입으로 인한 life style의 변화, 가치관의 변화, 핵가족화, 간편화, 레저화 등을 꼽을 수 있으며¹²⁾, 이러한 변화를 가속화시키는 것으로 매스컴의 영향력을 들 수 있다.

매스컴은 19세기 윤전기와 사진술 및 재판 기술이 발달함에 따라 급속히 성장하였으며, 특히 신문은 1980년 이후 보급율이 90% 이상을 넘어서고 있다³⁾. 신문은 생생한 정보, 즉 변화의 모습을 전달하는 사회현실의 압축판이라고 하며, 대중의 의식과 생활패턴의 변화를 전하고 앞으로의 변화를 주도할 수 있다고 한다³⁾.

이러한 관점에서 볼 때 신문은 그동안 어려웠던 우리의 역사속에서 식생활개선에 앞장서 대중을 계몽하는데 힘써 왔으며, 최근에는 식생활과 건강에 대한 관심이 증가함에 따라 각 신문들은 고정적으로 의학과 건강정보를 제공하고 있다. 따라서 본 연구는 1960년 1월부터 1996년 6월까지 동아일보와 조선일보에 게재된 식생활과 관련된 모든 기사를 수집, 분석하였으며, 기사내용을 1) 식습관과 식품소비패턴 2) 질병과 건강 및 특수영양 3) 식품위생 현황과 정책으로 분류하여 신문에서 반영하고 있는 그 시대의 관심사와 변화의 흐름을 조사하였다.

본 조사결과 식생활과 관련된 총 기사수는 1814건이었으며, 영양과 건강관련기사가 922건(50.8%)으로 가장 많았다. 그 다음은 식품위생기사가 490건(27.0%)이었으며, 식습관과 식품소비패턴에 관한 기사가 가장 적은 402건(22.2%)이었다(표 1).

연대별로 볼 때 1980년대 이후 기사수가 급증하여 식생활에 대한 관심이 늘고 있음을 알 수 있었다. 1960년대, 1970년대에는 식품위생 및 정책에 관한 기사가 각각 42.1%, 43.7%로 많았고, 식습관과 영양관련 기사는 각각 25.6%와 32.3%로 적었다. 반면 1980년대부터 식품 위생 관련 기사는 감소되었고, 영양과 건강 및 질병에 관한 기사는 급격히 증가하여 1990년대 전반기에는 전체 기사의 65.6%를 차지하였다. 이것은 경제수준의 향상과 더불어 건강에 대한 관심이 고조되고 있음을 반영한다고 볼 수 있다.

I. 서 론

식생활은 인간이 영위하는 여러 현상 중 가장 기본적인 요소로 인간의 생리적 요구뿐만 아니라 사회적, 심리적 요구까지 충족시켜 주는 기능을 가지고 있으며, 그 나라의 고유한 문화를 형성하게 된다. 식생활문화는 인간이 계승해온 문화가운데 가장 오래되고 중요한 위치를 차지하고 있으며, 긴 역사속에서 환경의 영향을 받으며 변화하고 있다⁴⁾.

지난 1세기동안 우리나라는 정치, 경제, 사회, 문화면에서 많은 변화와 발전을 거듭하였다. 특히 1960년대는 일제의 수탈과 6.25사변으로 인하여 정치, 사회적 혼란이 심하였고, GNP 100불의 가난한 경제와, 식량난이 극심한 절대빈곤의 시대라 규정지을 수 있다. 이 시대는 국제기구로 부터의 식량원조와 미국의 잉여농산물인 밀을 수입함으로써 절대부족인 식량난을 타개하기 위하여 노력하였으며, 쌀의 이중가격정책, 가격안정을 위한 기금조성, 다수확품종개발, 밀가루와 보리, 콩 등의 소비촉진 캠페인 등을 실시하였다. 이러한 식량정책은 우리의 식습관에 큰 영향을 미쳐, 쌀 위주의 식습관을 분식이나 빵과 우유를 먹는 서구식 식습관으로 바꾸어 놓는 중요한 계기가 되었다^{5,6)}.

1967년부터 실시된 제 1차 경제개발계획 5개년 계획의 성공에 이어 1970년대에는 급속한 경제성장을 이룩하였고, 식량확보를 위한 다수확 신품종의 개발과 보급이 확대되어 1977년 사상 최대의 쌀 생산을 맞이하게 되었다^{5,7)}. 따라서 식품의 섭취상태가 많이 호전되어 극심한 영양불량에 의한 영양부족증은 많이 사라졌으나, 곡류 편중의 식생활은 계속되었고 단백질, 비타민, 무기질의 섭취량은 권장량에 미치지 못하는 실정이었다⁸⁾.

1980년대는 GNP가 2000불 이상으로 증가되었고, 사회, 문화적 변화가 많은 시기로 식생활의 질적 변화가 나타나고 있다. 전반적으로 식품의 소비패턴이 변화하여 곡류섭취는 감소하였으며, 육류, 생선류, 우유류, 과일류의 섭취는 증가하고 있다. 또한 86 아시안 게임과, 88 서울올림픽게임을 통한 국제화에 발맞추어

농수산물의 수입증가, 서구문화의 유입, 여성의 사회 진출, 의식문화와 식품가공산업이 발달하였다⁴⁾. 이에 따라 식생활의 서구화에 의한 동물성식품의 소비증대, 식품공급의 과잉에서 오는 영양불균형과 낭비라는 새로운 문제점이 발생되었고, 한편으로는 서구의 식생활을 모방하기 보다는 우리나라 사람에 맞는 식생활지침이나 낭비없는 식단개발 등 새로운 식생활개선을 요구하는 목소리가 높아지는 시기이기도 하다.

1990년대는 GNP 10,000불의 경제성장과 국제화 및 농수산물 개방의 시대를 맞고 있다.

식습관과 식품의 소비패턴변화는 국민보건과 밀접한 관련이 있으며, 경제와 가치관에도 역으로 영향을 줄 수 있다. 따라서 이러한 변화를 파악하여, 현 실정에 맞는 식사목표와 식사지침을 정하고, 건전한 식습관과 소비패턴을 유도하는 것이 건전한 국민, 건전한 국가의 기초가 될 수 있다고 본다. 본 연구는 우리의 식생활에 많은 변화가 나타난 1960년대 이후 신문에 게재된 식습관 및 소비패턴에 관한 기사를 분석하여 그 시대의 관심사와 문제점, 변화 등을 알아보고 올바른 식습관을 유도하기 위한 공중매체로서의 신문의 역할 등에 대해 알아보고자 한다.

II. 연구방법

1. 분석대상 선정

본 연구는 1923년부터 창간되어 오랜 역사와 많은 독자를 보유하고 있는 동아일보와 조선일보를 대상으로 1960년 1월부터 1996년 6월까지 발행된 식습관과 식품소비패턴에 관한 모든 기사를 수집 분석하였다.

2. 분석유목 선정

본 연구에서는 수집된 기사를 주제별로 1. 식생활개선 2. 식품소비 패턴의 변화 3. 식생활 및 영양실태 4. 식습관 등의 4주제로 분류하였으며, 각 주제는 다시 여러개의 하위영역과 세부항목을 두어 자료를 분류하였다.

3. 자료 처리

자료는 각 주제별, 하위영역 및 세부항목별로 해당 기사건수의 빈도수를 조사하였고, 연대별 백분율을 계산하여 비교 분석하였다.

III. 결과 및 고찰

1960년 1월부터 1996년 6월까지 동아일보와 조선일보에 게재된 식습관 및 식품소비패턴에 관한 기사는 총 402건으로 80년대이후 기사수가 증가하고 있으며, 연대별 빈도수와 백분율은 표 2와 같다.

식습관 및 식품 소비패턴에 관한 기사중 식습관에 관한 기사가 총 207건 (51.5%)로 가장 많았으며, 식생활개선(81건), 식품소비 패턴의 변화(74건), 식생활 실태에 관한 기사(40건)의 순이었다. 연대별로 볼 때 1960년대에는 식습관(33.7%)과 식생활 개선(30.1%), 1970년대에는 식습관(38.7%)과 식품 소비패턴의 변화(32.3%), 1980년대에는 식습관(64.2%)과 식생활 개선(22.0%), 1990년대에는 식습관(57.1%)과 식품 소비패턴의 변화(25.6%)가 주요 관심사로 기사화되고 있어 각 시대의 흐름을 반영하고 있다.

1. 식생활개선

표 3에서 보는 바와 같이 총 식생활개선 기사중 혼분식장려에 관한 기사가 31건(38.8%)으로 가장 많았으며, 1960년과 1970년대 기사의 64%와 50%를 차지하고 있었다. 이것은 이 시기 절대적인 식량부족을 해결하기 위한 정부의 여러 정책을 잘 반영하고 있다고 볼 수 있다. 정부는 쌀의 소비를 억제하기 위하여 '식생활개선 캠페인'이란 명칭하에 '도시락 혼분식제도' '수요일은 분식의 날'로 정하여 강제성을 띄우며 강력한 행정적 조치를 취하였다. 그러나 1970년대에는 경제성장과 식량증산노력에 의해 1977년 대풍작을 맞이하면서 차츰 1960년대 혼분식장려위주의 식생활개선 의미가 쇠퇴하였다.

1980년대에는 식생활의 양적인 변화는 물론 질적인 변화도 수반되었다. 식생활의 서구화에 따라 성인병의 발병율이 점점 늘어남으로써 식생활과 관련된 건강에 관심을 갖게 되었고, 우리에게 맞는 식생활지침을 요

표 2. 식습관 및 식품소비패턴관련 기사의 주제별, 연대별 분류

주제	1960년대	1970년대	1980년대	1990-1996.6	계(%)
식생활개선	25(30.1)	10(16.1)	27(22.0)	19(14.2)	81(20.1)
식품소비패턴의 변화	7(8.4)	20(32.3)	12(9.8)	35(26.1)	74(18.4)
식생활실태	23(27.7)	8(12.9)	5(4.1)	4(3.0)	40(10.0)
식습관	28(33.7)	24(38.7)	79(64.2)	76(56.7)	207(51.5)
계 (%)	83(100.0)	62(100.0)	123(100.0)	134(100.0)	402(100.0)

표 3. 식생활개선과 관련된 기사의 연도별 분류

하위영역	1960년대	1970년대	1980년대	1990-1996. 6	계(%)
혼분식장려	16(64.0)	5(50.0)	10(37.0)		31(38.8)
환경위생	8(32.0)	2(20.0)		1(5.3)	11(13.5)
식생활지침	1(4.0)	1(10.0)	16(59.3)	2(10.5)	20(24.7)
과소비문제		2(20.0)	1(3.7)	9(47.4)	12(14.8)
우리농산물사용				7(36.8)	7(8.6)
계(%)	25(100.0)	10(100.0)	27(100.0)	19(100.0)	81(100.0)

표 4. 식품 소비패턴과 관련된 기사의 연도별 분류

하위영역	1960년대	1970년대	1980년대	1990-1996. 6	계(%)	
식품구매유형	2(28.6)	6(30.0)		10(28.6)	18(24.3)	
식품 소비 유형	일반식품군	2(10.0)	10(83.8)	8(22.9)	22(29.7)	
	인스턴트식품	2(28.6)	3(15.0)		7(20.0)	12(16.2)
	기호식품	1(14.3)	9(45.0)	2(16.7)	10(28.6)	22(29.7)
계(%)	7(100.0)	20(100.0)	12(100.0)	35(100.0)	74(100.0)	

구하게 되었다. 그러므로 1980년대에는 올바른 식생활 지침에 관한 기사가 59.3%로 가장 많았고, 그 다음은 혼분식장려에 관한 내용이 37%였다. 식생활지침에 관한 기사내용으로는 국민영양개선의 필요성, 국민 영양 개선법과 식생활 지침, 한국인 영양권장량의 개정등에 관한 기사가 많았다. 이에따라 1985년 제4차 영양권장량 개정을 통하여 열량과 단백질을 낮추었다는 기사와 1986년 우리에게 맞는 식생활지침 제정의 필요성에 관한 기사가 등장하고 있다. 또한 혼분식 장려에 관한 기사내용도 성인병의 예방차원에서 강조되었다.

1990년대에는 전세계적으로 문제화되고 있는 환경문제와 수입개방과 관련된 식생활개선기사가 많이 나타나고 있다. 이에 따라 음식낭비와 같은 과소비문제를 다룬 기사가 가장 많아 47.4%였고, 그 다음은 우리농산물이용에 관한 기사로 36.8%였으며, 혼분식에 관한 기사와 식생활지침에 관한 기사는 감소하였다. 1994년 환경부의 집계에 의하면 음식물쓰레기는 총 쓰레기발생량의 31%를 차지하며 대부분이 식품접객업소(42%)와 가정(41%)에서 발생하고 있다. 이에 정부는 가정에서는 낭비없는 식사계획, 식품접객업소에서는 표준식단체와 주문식단체를 범국민적으로 실시하여 쓰레기배출량을 억제시키려고 노력하고 있다^{9,10}.

2. 식품 소비패턴의 변화

식품의 소비패턴은 산업화, 도시화, 서양문화의 도입으로 인한 가치관과 전통적인 관습의 변화 및 수입, 교육정도, 직업등의 개인적인 요인들에 의해 결정된다고 볼 수 있다⁹. 최근에는 성인병의 증가와 더불어

건강문제도 식품소비를 결정짓는 중요한 요인으로 생각된다^{11,12,13}.

식품소비패턴을 크게 2가지의 하위영역인 식품구매 유형의 변화와 식품소비 유형의 변화로 나누었으며, 식품소비 유형의 변화는 다시 곡류, 육류, 과일류, 야채류, 우유 및 유제품에 관한 일반식품군과, 인스턴트 식품군, 기호식품군등의 세부항목으로 나누어 연도별 빈도수를 조사한 결과는 표 4와 같다.

식품소비패턴 변화에 관한 기사수는 74건으로 식습관 및 식품소비패턴 관련기사의 18.4%에 해당한다. 식품소비패턴에 관한 기사는 1990년대에 35건으로 가장 많았고, 1970년대 20건, 1980년대 12건, 1960년대 7건의 순이었다. 1960년대는 절대빈곤의 시대라 식품소비패턴에 관한 기사가 가장 적었으며 1970년대와 1990년대에 기호식품류의 소비증가와 구매유형에 관한 기사가 많이 등장하고 있다.

구매유형은 식품의 수급현황, 유통구조, 경제성장과 서구화, 개인의 가치관변화에 따라 변화하며 식생활의 소비변화를 잘 반영한다고 볼 때, 가장 구매력이 적었던 시대인 1960년대에는 단 2건만이 기사화되었다. 기사내용은 1962년 좋은 제품을 싼 가격에 살 수 있는 공동구매제의 실시에 대한 기사와 1967년 식품냉동판매를 위한 냉동 케이스의 설치를 기사화하고 있어 요즘 냉동식품이 일반화되고 냉동 케이스의 설치 점유율이 높아가는 상황에 비추어 볼 때 많은 차이를 느끼게 한다. 1970년대는 유통에 많은 변화를 가져온 시기로 6건(30%)이 기사화되었고 기사내용으로는 슈퍼체인과 자동판매기의 등장, 닭고기의 냉동, 대량판

매를 일반화하려는 기사들이 나타나고 있다. 1990년대에도 10건(28.6%)정도가 기사화되고 있으며, 주로 주문김치나 반찬가게의 성업 및 핵가족에 맞는 소포장화 등이 기사화되고 있어, 경제성장과 생활패턴의 변화로 인한 현대인의 바쁜 생활을 잘 반영하고 있었다.

식품소비유형의 변화중 기호식품군에 관한 기사는 1970년대에 가장 많이 나타나 45%를 차지하는데, 이는 종래의 소규모 수공업형태의 식품산업이 이 시기에 공업화된 데에 기인한다. 특히 설탕, 포도당, 전분, 밀가루, 라면 등 단맛과 포만감을 주는 탄수화물가공품, 장류, 글루타민소다 등의 조미료산업, 분유, 껌, 사이다, 콜라 등 기호식품산업이 발달하기 시작하였고¹³⁾ 라면과 콜라, 사이다 등의 청량음료와 설탕의 소비가 증가되기 시작하였다. 또한 1977년 대풍작을 맞이하여 63년 2월부터 막걸리제조에 금지되었던 백미의 사용을 해제하면서 우리민족의 술인 쌀막걸리의 시판에 대한 기대와 실망에 대한 기사도 많았다. 일반식품군의 변화에 대한 내용은 1980년대부터 본격적으로 기사화되어 83.3%를 차지하였으며, 우리의 식생활이 양적인 변화는 물론 질적으로도 변화하는 시기였음을 반영하고 있다. 주로 곡류의 섭취가 감소하고 육류의 섭취량이 크게 늘고 있다는 내용으로 성인병의 증가와 관련지어 이러한 소비패턴의 변화를 우려하고 있었다. 우리나라의 식품소비패턴은 국민영양조사 나 식품수급표 등을 통해 잘 알 수 있다. 이들 자료에 의하면 곡류는 1인 1일당 섭취량이 1969년 559g에서 1992년 337g으로 꾸준히 감소하고 있는 반면, 육류의 경우는 1969년 6.6g에서 1992년 58.1g으로 크게 증가하였다^{8,15)}. 이는 정부의 축산진흥정책과 축산기술의 발달, 그리고 국민들의 양질의 단백질섭취욕구와 이를 충족할 수 있는 소득의 증가에 따른 변화라고 볼 수 있다⁹⁾. 1990년대에는 일반식품군, 인스턴트식품, 기호식품에 관한 기사가 각각 8건, 7건, 10건으로 비슷한 빈도수로 게재되고 있다. 이는 소득의 증가, 핵가족화, 여성의 사회진출로 인한 간편화, 고급화를 반영하며, 다른 한편으로는 건강에 대한 관심과 우려를 반영한다고 볼 수 있다. 또한 우리의 토속음식들이 전통회귀바람이 불면서 인기상품으로 부상하고 있다. 이러한 한국형 즉석식품과 기호식품은 종전처럼 만들기 번거롭지 않고 우리의 체질에

맞고 우리의 입에 더욱 익숙한 장점을 가지고 다양한 상품이 개발되고 있다. 즉 비닐포장에 든 누룽지제품, 죽제품과 각종 인스턴트 국거리, 식혜나 수정과와 같은 우리의 음료에 대한 시장의 점유율이 점차 증가하고 있으며, 각종 포장김치류도 많이 등장하고 있다. 이외에도 기호식품에 관한 기사중 술의 고급화와 다양화에 관한 기사가 많았으며, 주로 쌀소비를 촉진하기 위해 쌀로 만든 술들이 시판되었고, 주세법의 개정에 따라 지방소주들이 고급화전략으로 수도권을 공략함으로써 달라지는 소비변화를 기사화하고 있다.

3. 식생활실태

식습관 및 식품의 소비패턴 변화에 관한 기사중 그 시대를 가장 잘 반영해 주는 것이 식생활실태, 즉 식량난이나 영양상태에 관한 기사라고 볼 수 있다. 식생활실태에 관한 기사는 총 40건으로 전체 기사중 가장 적었다. 그 내용을 하위 영역으로 분류하여 연대별로 빈도수를 조사하면 표 5와 같다.

식생활실태에 관한 기사는 60년대에 총 23건으로 가장 많았고, 그 후 계속 감소하고 있다. 60년대 식생활실태에 관한 기사중 73.9%인 17건이 식량난에 관한 기사로 기아에 허덕이는 사람들, 영양실조로 고생하는 어린이, 실제로 굶어 죽은 사례 등을 기사화하고 있어 이 시대 식량난이 심각했음을 알 수 있다.

영양실태에 관한 기사는 총 23건으로 60년대 이후 감소 추세에 있다. 1962년에는 유 등^{16,17)}에 의해 2차례의 국민영양조사가 있었으며, 여러 계층과 지역별 영양섭취상태의 불량과 결핍문제가 기사화 되고 있다. 그리고 1967년에는 한국인의 염분섭취실태에 관한 기사가 있었으며 이 조사결과 1일 20g 정도의 소금을 섭취하는 것으로 나타나 요즈음의 섭취량과 거의 차이가 없었다. 60년대에 우랑아선발에 관한 기사가 나타난 것으로 보아 식사의 양적인 충족이 당시 식생활 개선의 주된 방향이었음을 알 수 있었다.

1970년대 이후는 식량난에 대한 기사는 사라지고 영양실태를 다룬 내용들이 기사화 되고 있다. 연대별로 주요한 기사내용을 살펴보면 1970년대는 직장인의 점심영양실태, 초중고생의 영양실태와 도시락문제였다. 특히 이 시기 초중고생의 1일 열량섭취가 권장량의 50

표 5. 식생활실태와 관련된 기사의 연대별 분류

하위영역	1960년대	1970년대	1980년대	1990-1996. 6	계(%)
식량난에 관한 기사	17(73.9)				17(42.5)
영양실태조사기사	6(26.1)	8(100.0)	5(100.0)	4(100.0)	23(57.3)
계(%)	23(100.0)	8(100.0)	5(100.0)	4(100.0)	40(100.0)

%라고 지적하고 있어 입시에 시달리는 학생들의 영양문제가 심각했음을 알 수 있었으며, 학교급식의 필요성을 강조하고 있다. 1980년대도 도시락에 열량과 기타 다른 영양소가 권장량에 미달이라는 점을 지적하면서 도시락영양의 문제점을 기사화하였고, 이러한 학계와 사회의 관심속에서 1980년대에 학교급식의 제도적인 기초가 마련되었다. 이외에 식품소비패턴의 변화, 특히 동물성식품의 섭취증가와 짜게 먹는 식습관으로 인한 성인병의 발병을 우려하는 기사도 있었다. 1990년대의 기사는 초등학교생의 영양불균형, 즉 편식이나 영양과잉문제를 다루고 있으며, 단백질과 지방의 섭취증가에 따른 계층간의 영양문제도 심각하게 다루고 있다. 또한 부모이혼, 사망에 의한 경제적인 문제로 풍요속에서도 결식아동이 증가하고 있다는 기사는 현 사회상과 식생활실태의 관련성을 잘 나타내 주는 기사라고 볼 수 있다.

앞으로 건강에 대한 관심이 증가하면서 영양실태에 관한 기사가 많아지리라 예상되며, 더욱 더 정확하고 신뢰성 있는 기사가 요구되는 분야이기도 하다.

4. 식습관

매일 매일의 식사는 역사적 또는 사회적으로 풍속화된 습관이 내재되어 있으며, 한 사람의 생활형태 형성과 행동양식을 결정짓는 중요한 인자로 인식되고 있다. 이러한 식습관은 급속하게 변모하는 사회속에서도 다른 변화처럼 민감하게 영향을 받지 않으며, 서서히 변화하고 있다. 또한 일시적으로 형성되는 것이 아니라 유아시기부터 형성되어 일생동안 그 영향력이 유지되므로 바람직한 식습관의 여부는 개인의 건강과 정서발달에도 중요한 영향을 미친다^{18,19)}. 그러나 현대인은 소득수준의 향상과 간편화의 추구, 식문화의 서구화 등으로 바람직한 식생활을 영위하기가 어려워지고 있는 반면 건강에 대한 관심도는 점점 증가하여 건강을 지키기 위한 새롭고 효과적인 정보들을 요구하게 된다.

이러한 요구에 부응하여 식습관에 관한 기사는 총

식생활 관련 기사중 207건(51.5%)으로 가장많은 빈도로 기사화 되었으며, 그 중 장수 및 건강식사법에 관한 기사가 92건(44.4%)으로 가장 많았고, 그 다음은 외식(27.5%), 기호도(19.3%), 주식의 변화(3.9%)의 순이었다. (표 6) 식습관 관련 기사는 1960년대와 1970년대에 각각 28건, 24건이었으나 1980년, 1990년대에는 3배정도 기사가 늘어난 79건 76건이었다.

1960년대 금기식품에 관한 기사는 1966년 모²⁰⁾의 한국농촌의 금기식품에 관한 조사를 바탕으로 기사화되었고, 절대빈곤의 시기에 잘못된 식품의 금기는 오히려 영양상태를 더욱 악화시킬 수 있었기에 문제화 되었다고 볼 수 있다. 70년대에는 어린이의 편식과 교정법,간식등에 대한 문제를 기사화 하였는데, 특히 적극적인 우유마시기를 권장하고 있다.

1) 장수 및 건강식사법

장수와 건강에 관한 기사는 모두 92건, 식습관 관련 기사의 44%로 가장 많았으며, 이 중 3/4이 1980년대 이후 기사화되고 있다. 즉 건강의 중요성이 강조되면서, 각 신문마다 독특한 건강란을 마련하여 건강관련 정보를 제공하고 있다. 장수 및 건강관련 기사를 세부영역으로 구분하여 연대별로 분류하면 표 7과 같다.

장수와 건강에 관한 기사중 장수를 위한 식생활에 대한 기사는 28건(30.3%)으로 가장 많았고, 그 다음은 건강관련정보(18.5%), 적정량섭취와 균형식(14.1%), 아침식사의 중요성(13.0%) 등의 순이었다. 노인 인구가 늘어나면서 건강하게 오래 사는 법에 대한 관심이 많아지고 있으나 이러한 욕구는 그릇된 정보를 유도할 수 있고 오히려 건강을 해칠 수 있어 좀 더 객관적이고 과학적인 기사가 요구된다고 볼 수 있다. 장수를 위한 식생활 28건의 기사중 식사량에 대한 기사 즉, 절식(4건), 소식(4건), 단식(3건)이 가장 많았으며, 신선한 야채의 섭취와 혼식은 9건에 해당하였다. 이 중 1989년 이상구박사의 야채위주의 건강법이 4건으로 이 당시 식생활에 큰 관심을 불러 일으켰다.

이 분야에 관한 기사는 앞으로 더욱 요구되어지고,

표 6. 식습관과 관련된 기사의 연대별 분류

하위영역	1960년대	1970년대	1980년대	1990-1996. 6	계(%)
금기식품	2(7.1)				2(1.0)
편식		4(16.7)			4(1.9)
간식	1(3.6)	1(4.2)	1(1.3)	1(1.3)	4(1.9)
장수 및 건강식사법	13(46.4)	12(50.0)	33(41.8)	34(44.7)	92(44.4)
주식의 변화			3(3.8)	5(6.6)	8(3.9)
기호도	11(39.3)	6(25.0)	11(13.9)	12(15.8)	40(19.3)
외식	1(3.6)	1(4.2)	31(39.2)	24(31.6)	57(27.5)
계(%)	28(100.0)	24(100.0)	79(100.0)	76(100.0)	207(100)

표 7. 장수 및 건강식사법과 관련된 기사의 연도별 분류

세부영역	1960년대	1970년대	1980년대	1990-1996. 6	계(%)
장수와 식생활	5(38.5)	2(16.7)	9(27.3)	12(35.3)	28(30.4)
적량섭취와 균형식	2(15.4)	4(33.3)	2(6.1)	5(14.7)	13(14.1)
두뇌건강과 식생활		1(8.3)	4(12.1)	4(12.1)	9(10.0)
자연식		2(16.7)	3(9.1)	3(8.8)	8(8.7)
음식궁합	1(7.7)		1(3.0)	1(2.9)	3(3.3)
아침식사의 중요성	1(7.7)	1(8.3)	7(21.2)	3(8.8)	12(13.0)
아름다움과 식생활	2(15.4)				2(2.2)
건강관련정보	2(15.4)	2(16.7)	7(21.2)	6(17.7)	17(18.5)
계 (%)	13(100.0)	12(100.0)	33(100.0)	34(100.0)	92(100.0)

표 8. 외식관련 기사의 연도별 분류

세부영역	1960년대	1970년대	1980년대	1990-1996. 6	계(%)
외식산업일반			20(64.5)	1(4.2)	21(36.8)
외식산업의 성장			6(19.4)	4(16.7)	10(17.5)
외식산업의 종류		1(100.0)	2(6.5)	7(29.2)	10(17.5)
외식의 영양			2(6.5)	3(12.5)	5(8.8)
외식업관리	1(100.0)		1(3.2)	9(37.5)	11(19.3)
계(%)	1(100.0)	1(100.0)	31(100.0)	24(100.0)	57(100.0)

증가되리라 예상되며, 신문은 계몽과 교육적차원에서 올바른 정보를 제공함이 필요하다.

2) 외식

외식은 1980년대이후 경제성장으로 인한 개인소득의 증가와 국제화에 따른 식생활의 서구화, 가공식품화, 핵가족화, 레저화의 영향으로 외식산업으로 발전하게 되었다. 우리나라의 패스트푸드산업은 1979년 롯데리아의 개점을 시작으로 햄버거, 프라이드치킨점, 피자점 등의 점포가 생활수준향상과 더불어 급속히 증가하고 있다²¹⁾.

외식에 대한 기사는 식습관 관련 기사중 27.5%로 장수 및 건강관련 기사에 이어 두번째로 많은 비중을 차지하고 있다. 대부분의 관련기사는 패스트푸드업체들이 대거 밀려들어오기 시작한 1980년대부터 기사화되기 시작하여 1980년대에는 31건(54.4%), 1990년대에는 24건(42.1%)이 게재되었으며, 거의 대부분 (96.5%)이 1980년대 이후에 나타나고 있다(표 8).

1980년대 외식에 관한 기사는 표 8에서 보는 바와 같이 외식산업의 일반적 내용과, 외식산업의 성장에 대한 기사가 대부분으로 각각 64.5%, 19.5%였다. 기사의 내용은 늘어나고 있는 외식업체에 대한 소개와 외식업체의 개점 등을 다루고 있어 이 시기가 외국의 각종 외식업체들이 난립한 시기였음을 알 수 있다. 1988년 집계된 자료에 의하면 서구형 패스트푸드점이 전국에 1300여 점포에 달하고 있으며, 매출규모도 급성장을

하고 있다²¹⁾. 또한 외식비지출의 증가에 대한 기사도 80년도에 3건, 90년도에 1건으로 식품비중 외식비가 차지하는 비율이 65년 1.3%, 75년 2.2%, 85년 6.8%로 증가하였고, 94년 통계청이 조사한 도시근로자 외식비율은 29.6%로 증가하여 식생활의 과소비를 우려하고 있다²²⁾. 90년대에 들어오면서 외식산업의 과다 경쟁은 새로운 전략을 요구하게 되었고, 이에 따라 외식업관리에 대한 기사가 9건(37.5%)으로 가장 많이 게재되고 있다. 기사 내용으로는 빠른 서비스와 고객관리를 위한 컴퓨터 관리체제, 새로운 마케팅전략 등이 있고, 요즈음 유행하는 건강식을 도입하여, 저열량, 저콜레스테롤, 저지방, 저염등의 아이디어식단 등이 소개되고 있다. 반면 외식의 영양에 대한 기사는 불과 5건으로 전체 외식관련 기사의 8.8%에 지나지 않아, 신문이 영양교육과 계몽의 역할을 다하지 못하고 있다고 생각된다. 실제로 많은 연구에서 대부분의 패스트푸드점의 메뉴는 열량의 비율이 높고, 포화지방산과 나트륨의 함량이 높으며 과일, 채소 등의 섭취부족으로 인해 비타민의 섭취가 부족되기 쉽다고 지적하고 있다²³⁾.

패스트푸드의 애용자는 주로 10~20대 청소년들로 이들의 식습관은 우리의 식생활과 전통식문화에 큰 영향을 줄 것이며, 영양의 불균형 또한 국민보건상 미치는 해가 크다고 볼 수 있다. 따라서 앞으로 이러한 외식문화의 발달과 아울러 이로 인한 영양상의 문제점과 올바른 외식방법에 대해 신문이 앞장서서 교육과

계몽의 역할에 힘써야 할 것이다.

3) 주식의 변화

주식의 변화에 관한 기사는 총 8건으로 식습관 관련기사의 3.9%이며, 1980년대에 3건, 1990년대에 5건이 소개되고 있다(표 6). 주로 주식의 변화는 아침식사에서 많이 나타나고 있다. 특히 직장인의 아침 식사 형태는 햄버거, 김밥, 분식류, 죽 등의 간단한 식사형태로 변화되고 있으며, 이러한 식사들이 새로운 주식형태로 자리잡아가고 있다. 따라서 주식의 변화에 대한 기사는 주로 아침매식의 사례와 간단하지만 균형잡힌 아침식사를 소개하고 있다.

1965년도 보리와 밀가루의 소비량은 1인당 연간 36.8 kg과 13.8 kg으로 밀가루가 보리의 1/3 정도였으나, 1990년에는 각각 1.6 kg과 33.5 kg으로 밀가루가 21배나 더 많이 소비되었다. 이러한 곡물소비 실태로 보아 우리의 주식 유형이 전통적인 쌀과 보리에서 쌀과 밀의 형태로 바뀌어 가고 있음을 알 수 있었다. 그러나 1985년 이후부터는 밀가루의 소비가 안정되고 있으며, 특히 제빵용의 밀가루 사용이 일정한 수준으로 유지되고 있어 주식을 빵으로 먹는 가정이 계속 늘어날 것이라고 생각하기는 어렵다²⁴⁾.

아침을 결식하거나 간편식으로 대체하는 사람들이 늘어나고 있는 가운데, 직장인을 대상으로 조사한 설문문에 의하면 직장인의 76%가 아침엔 반드시 밥과 국을 먹는다고 답하고 있고, 이러한 경우는 나이가 많고 직급이 높아질수록 많아지고 있었다, 또한 하루 2끼 이상을 밥으로 먹어야 한다고 생각하는 사람도 73%나 되어 아작은 주식인 밥과 국 김치의 전통적인 식사를 고수하는 가정이 많다는 국민 영양조사와 일치하고 있다²⁵⁾.

4) 기호도

기호도에 관한 기사는 총 40건(19.3%)으로 식습관 관련기사중 3위의 기사빈도수를 차지하고 있다(표 6). 연대별로 비슷한 빈도수로 게재되고 있으나 1990년대에 가장 많이 기사화되고 있음을 알 수 있다. 1960년대의 기사에서는 칠파리나 꿀꿀이죽, 선팔죽집이 기사에 자주 등장하고 있어 그 시대 생활의 어려움을 알 수 있었고, 1970년대에 들어오면서 외국산 양념류의 소개와 우리 입맛의 변화 등이 기사화되고 있다. 1980년대에도 우리 입맛의 서구화와 식성의 세대차를 소개하고 있으며, 기호도 조사결과 햄, 소시지가 인기품목이었고, 밥 이외에 많이 먹는 음식과 음료는 라면, 커피, 콜라, 사이다 등이었다고 게재되고 있다. 그러나 1980년대 말에는 건강에 대한 관심이 증가하면서 주부들이 축산물보다는 수산물을 더 애용하는 추세이고, 토종 야채의 인기에 대한 기사가 나타나고 있다. 1990

년대에 들어와서는 본격적인 수입식품의 증가로 식성이 서구화됨을 지적하였다. 즉 청소년의 43% 정도가 양식을 선호하고 있으며 외국음식과 서양소스가 백화점 등을 통하여 대량 유통되어 우리의 식탁을 파고 들고 있다고 하였다. 이러한 기호도의 변화는 앞으로의 우리의 식생활에 변화를 가져오리라 예상되며, 특히 청소년의 양식선호는 이러한 변화에 더욱 큰 영향을 주리라 생각된다²⁵⁾.

IV. 결 론

1960년 1월부터 1996년 6월까지 조선일보와 동아일보에 게재된 식생활과 관련된 총 기사수는 1814건이었으며, 기사를 조사 분석한 결과는 다음과 같다.

1. 식생활 전반에 관한 기사는 80년도에 이어 90년도에 급증하고 있다. 내용별로 볼 때 영양 및 건강, 질환에 관한 기사가 922건(50.8%)으로 가장 많았고, 그 다음은 식품위생 및 정책에 관한 기사가 490건(27.0%), 식습관 및 소비 패턴에 관한 기사가 402건(22.2%)의 순이었다.

2. 식습관 및 소비 패턴에 관한 기사중 식습관에 관한 기사가 207건(51.5%)로 가장 많았고 그 다음은 식생활개선 81건(20.1%), 식품소비패턴의 변화 74건(18.4%), 식생활실태 40건(10.0%)의 순이었다.

3. 식생활 개선에 관한 기사는 60년대와 80년대에 많이 나타나고 있으며, 연대별로 식생활 개선의 의미가 변하고 있음을 알 수 있었다. 즉 60년과 70년대는 혼분식에 대한 기사가 많았고, 80년대에는 건강과 관련된 식생활 지침이, 90년대에는 쓰레기문제와 우리 농산물 애용에 관한 기사가 많았다.

4. 식품 소비 패턴의 변화에 대한 기사는 70년대 이후 빈도수가 증가하여 90년대에 가장 많이 나타나고 있으며, 주로 기호식품과 식품 구매 유형에 관한 내용이었다.

5. 식생활 실태에 관한 기사는 대부분이 60년대에 기사화되었으며, 이시기가 절대빈곤의 시대였음을 반영하는 식량난에 대한 기사가 73.9%로 많았다.

6. 식습관에 관한 기사는 80년대와 90년대에 크게 증가하여 총 식습관에 관한 기사의 3/4이 이 시기에 게재되고 있었다. 그 중 장수 및 건강식사법에 관한 기사가 가장 많았고(44.4%), 그 다음은 외식(27.5%)과 기호도(19.3%)에 관한 기사였다. 장수 및 건강관련 기사에서는 장수와 식생활에 대한 내용이 가장 많았고(30.4%), 외식 관련 기사에서는 80년대에 외식산업일반(64.5%), 90년대에 외식산업관리(37.5%)에 대한 기사가 주를 이루었다. 반면 외식음식의 영양 불균형 문제를 다룬

기사는 5건인 8.8%에 불과했다.

60년대이후 신문에 게재된 식생활 관련 기사는 계속 증가하고 있으며, 그동안 우리의 경제, 사회, 문화 모 든면의 변화를 그대로 반영하고 있음을 알 수 있었다. 앞으로도 생활패턴의 변화와 건강에 대한 관심으로 식생활 관련 정보는 더욱 요구되어지리라 예상되며, 이러한 정보를 전달하는 대중매체도 늘어나리라 예상 된다. 신문은 가장 공산력이 있는 매체로 유행에 급급한 기사보다는 문제점을 지적하고 올바른 식생활을 유도할 수 있는 정보를 제공하여야겠다.

참고문헌

1. 이기열. 한국인 식생활 100년(1880-1980). 연세논총, 1990.
2. 이기열, 문수재, 손경희, 이양자, 윤 선, 광동경. 한국인의 식생활; 어제, 오늘 그리고 내일. 한국음식문화연구원 논문집 2, 1988.
3. 강성기, 김태승, 백옥인 등. 신문소프트. 정보성, 1991.
4. 문수재, 양인선, 이민준, 차진아. 세계 각국의 식품소비구조, 영양소 섭취수준 및 영양문제의 변화 양상에 관한 연구. 한국식문화학회지. 6(2): 199, 1991.
5. 문현경. 한국인의 식품소비형태. 국민영양. 164: 2, 1994.
6. 이철호, 주용재 등. 지난 일세기 동안의 한국인 식습관의 변화와 보건영양상태의 추이 분석. 한국식문화학회지. 3(4): 397, 1988.
7. 한경선. 곡물의 소비변화에 따른 한국의 주식유형. 한국식문화학회지. 10(4): 235, 1995.
8. 국민영양조사. 보건사회부, 1993.
9. 신명교, 김홍균. 음식물쓰레기 감량화 규제에 대한 연구. 한국환경기술개발원, 1994.
10. 광동경. 집단급식소의 음식물 쓰레기 퇴비화 설치에 따른 문제점. 국민영양. 19, 1995.
11. 강금지, 정미숙. 주부의 채소 소비형태 및 영양지식에 대한 연구. 한국식문화학회지. 10(5): 377, 1995.
12. 오혜숙, 윤교회. 서울지역 주부들의 건강과 관련된 식생활 의식구조. 한국식문화학회지. 10(3): 185, 1995.
13. Chassy, J.P. Van Veen, A.G. and Young, F.W. The application of social science research method to the study of food habits and food consumption in an industrializing area. Am. J. Clin. Nutr. 20(1): 56, 1967.
14. 채범석, 신영무. 우리나라의 식품소비 변화에 관한 고찰. 한국영양학회지. 5: 167, 1972.
15. 한국농촌경제연구원. 식품수급표, 1993.
16. 유정열, 허 금. 국민영양조사 제 1보고. 국립화학연구소보고, 10: 65, 1962.
17. 유정열, 채예석. 국민영양조사 제 2보고. 국립화학연구소 보고. 10: 82, 1962.
18. Yperman, A.H. and Vermeersch, J.A. Factors associated with children's food habits. J. Nutr. Educ. 11 (2): 72, 1979.
19. 김정현, 이민준, 양일선, 문수재. 한국인의 식행동에 영향을 주는 요인 분석. 한국식문화학회지. 7(1): 1, 1992.
20. 모수미. 한국농촌의 식품금기에 관한 연구. 대한가정학회지. 5: 15, 1966.
21. 모수미. 한국 외식문화의 발달과정. 한국식문화학회, 춘계학술심포지엄, 1994.
22. 통계청. 도시근로자 가계지수, 1994.
23. Ries, C.P. Kline, K. and Weaver, S.O. Impact of commercial eating on nutrient adequacy. J. Am. Diet. Assoc. 87: 463, 1987.
24. 한국경제연감. 전국경제인연합회, 1994.
25. Schwere, N.E. Nutritional knowledge attitude and practices of high school graduates. J. Am. Diet. Assoc. 66: 28, 1975.