

강원 지역 농촌 주부들의 전통 식생활 습관에 관한 실태 조사(II) - 자주 이용하는 전통음식 빈도와 시절식 및 전통 발효 음식 시행유무를 중심으로 -

김 은 실
한림전문대학 전통조리과

A Study of Korean Traditional Food, Fermented Food and Korean Traditional Holidays of Housewives Living in the Rural Area of Kang Won Do

Eun-Sil Kim
Hallym Junior College, Dept. of Traditional Cuisine

Abstract

The housewives living in the rural area of Kangwondo were asked by using the questionnaires about Korean traditional food, traditional fermented food, and traditional seasonal food enjoyed during traditional holidays.

The results obtained are as follows;

1. Among Korean traditional foods, boiling rice, especially boiling rice and boiling mixed rice(70%) was the most frequently enjoyed. Hobakjook(17.1%) and popjook(10.5%) were enjoyed the most among jook. However, jook was not enjoyed as much as bab due to the difficulty of cooking method.

2. Doenjangkuk(94%) and mijokkuk(84.1%) which could be made easily and quickly were enjoyed most frequently among kuk, doenjangchigae(86.1%) and kimchichigae(78.1%) were enjoyed a lot among tchigae.

3. Gui was enjoyed a lot generally and kimgui(82.4%) and fishgui(78.1%) were enjoyed frequently. Especially, ojingogui was enjoyed most frequently compared with other areas. It is because squid is easily available in KangwonDo area. Hobakchon(51.8%) was enjoyed the most among Chon.

4. Pugochim(30.2%) among chim and kamjajorim(77.1%) among jorim were enjoyed the most due to the availability of pugo and kamja in the area.

5. Kongnamul(83.4%) and shigmuchinamul(66.3%) were enjoyed the most among namul. Chuinamul(28.7%) was the most frequently enjoyed among sannamul.

6. Kalkuksoo(69.8%) was the most frequently enjoyed ilpumfood. In addition, kalkuksoo(30.3%) and kamja ongsim(11.4%) which are traditional KangwonDo food, were enjoyed a lot.

7. For home party, Songp'yon(25.3%) and shik'ye(27.8%) were the most frequently enjoyed ricecake and korean beverage, respectively.

8. Korean traditional holidays in which traditional seasonal food was enjoyed, were in order of the New Year's Day(97.9%), Chusok(95.6%), Sangwan(First Full moon day)(70.8%), Dong-ji(49.5%), Sambok(27.7%), Danoh(22.6%), and Hanshik(14.1%). Generally, Ipchun, Sam Jin's day, Yudu, and Chilsok were not enjoyed.

9. Korean traditional fermented food enjoyed were in order of kimchi(98.2%), koch'ujang(96.4%), tocnjang(89.4%), kanjang(86.8%), makjang(74.5%), and jang-a-chi(66.4%). Especially, Koch'ujang was made by themselves in almost all homes.

The Korean traditional foods frequently enjoyed were investigated. We have to keep and develop our traditional food and its cooking method for our offsprings.

Key words: Korean traditional foods, Korean traditional holidays, fermented food

I. 서 론

우리나라는 아시아주 동부에 돌출한 반도로서 자연 환경에 따른 地勢上의 특성을 보면 중강진 부근에서

남으로 낭림산맥이 흐르고 이어서 동해로 바짝 접근 하여 태백산맥이 남북으로 길게 뻗어 있어 이 두 산맥이 마치 척추를 이루듯이 되어있다. 여기에서 서해로 향하여 다시 여러개의 산맥이 완만하게 뻗어 흐르고

있으며 그 사이를 흐르는 강을 중심으로 비옥한 농토가 잘 발달되어 있다¹²⁾. 이러한 자연 환경을 바탕으로 삼국시대 말경에 이르러서 주·부식을 분리한 한국 고유의 일상 식사형태가 형성되었고³⁾ 고려시대에 들어오면서 삼국시대말경의 주·부식분리 유형의 일상식 구조외에 여러 가지 의례 음식 구조가 마련되어 음식의 조리 가공법이 발달하고 조선시대에 들면서 한국음식이 구조적으로 완성되면서 획기적인 발전을 이루었다⁴⁾. 즉 우리나라의 일상식은 곡류로 지은 밥을 주식으로 하며 그밖의 식품으로 만든 것은 부식으로 하여 주·부식의 구별이 뚜렷하였다. 또한 우리나라는 사계절의 뚜렷한 변화와 더불어 세시풍속의 행사들이 해마다 되풀이 되는 것으로 단조롭고 지루한 일상 생활에 적지 않은 변화와 기대를 안겨 주는 역할을 해 왔다. 세계 어느 민족이든 歲時風俗을 갖고 있겠지만 특히 農耕文化를 기본으로 하는 민족의 경우 세시풍속은 그들의 생활에 더 중요한 의미를 가지게 된다. 사람들은 이때 평소의 일손을 쉬고 시절식을 만들어 먹었으며 또한 우리의 기후 변화에 따른 전통 발효음식을 만들어 왔다⁵⁾. 그러므로 본 연구는 강원 지역 농촌 주부를 대상으로 자주 이용하는 전통음식과 시절식 및 전통 발효음식의 빈도를 조사하여 지금보다 나은 전통 식문화의 발전시키고자 하는 의미에서 본 연구를 실시하였다.

II. 연구방법

1. 조사 대상 및 기간

조사대상은 강원도에 거주하는 주부를 대상으로 1000가구를 무작위 추출한 후 설문지를 배부하여 884가구를 회수하여 자료로 이용하였다. 조사기간은 1994년 4월부터 6월까지 약 2개월간 실시하였다.

2. 조사 내용 및 방법

강원지역 주부들의 전통 식생활 관리 현황에 관한 실태 조사를 설문지를 통해 세가지 부분으로 나누어 조사하였다. 첫째 자주 이용하는 전통음식 현황 57문항, 둘째 가정에서 실시하는 시절식 12문항, 셋째 담귀 먹는 전통 발효 음식 9문항으로 나누어 조사를 실시하였다.

3. 자료 처리 방법

조사후 수거된 설문지를 위한 통계 분석은 SPSS-pc package program을 이용하였다. 자주 이용하는 전통 음식은 빈도와 백분율로 나타내었고 가정에서 실

시하는 시절식과 담귀 먹는 전통 발효 음식은 빈도, 백분율 그리고 χ^2 -test로 통계 처리를 하였다.

III. 결과 및 고찰

1. 자주 이용하는 전통음식의 섭취빈도

본 연구에 이용된 한국 전통 음식 57종류를 죽류(7종류), 국류(8종류), 찌개(5종류), 구이류(5종류), 찜류(3종류), 전류(5종류), 조림(4종류), 나물류(7종류), 일품음식(7종류), 병과류(6종류)로 나누어 조사하였다.

(1) 밥, 죽

밥은 아침에 79.5%, 점심에는 74.5% 저녁에는 98.4%가 먹는다고 하였다. 주로 흰밥과 잡곡밥을 각각 70% 이상이 먹는다고 나타났다. 임⁶⁾의 보고에 의하면 밥 위주의 주식이 98.4% 한⁷⁾은 하루세끼 밥을 먹는 경우가 72% 신⁸⁾의 보고에 의하면 아침식사는 밥과 죽이 81.3%로 보고하였다. 이는 본 연구와 비슷하게 나타났다. 죽을 매우 자주 만들어 먹는 편이라고 답한 경우 호박죽 7% 팥죽 4.5%로 나타났다(표 1). 이는 신⁸⁾의 연구에 의하면 매일 먹는다가 호박죽 0.8% 팥죽 0.8%이고 자주먹음이 호박죽 0.8% 팥죽 3.4%와 비교하여 보면 강원도의 주부들이 호박죽과 팥죽을 비교적 많이 만들어 먹는 것으로 알 수 있었다. 잣죽과 녹두죽은 거의 만들어 먹지 않는 것으로 나타났는데 이는 신⁸⁾의 보고에 의하면 잣죽을 매일 먹는 경우 3.3%와 차이가 났다. 이는 지역적인 차이 때문인 것으로 사료되고 죽에 대한 전체적인 섭취 빈도가 낮은 것으로 나타났는데 죽의 조리 절차가 복잡하고 시간이 걸려 자주 만들어 먹지 않는 것으로 사료된다.

(2) 국

조사결과 국은 표 2에서와 같이 된장국을 32.4%가 매우 자주 먹는 편이고 20.9%는 가끔 먹는 편이며 16.6%는 비교적 자주 먹는 편이라고 답하였다(표 2). 신⁸⁾의 보고에 의하면 된장국을 매일 먹는 경우 9.2% 자주 먹는 경우는 64%로 나왔는데 이는 본 연구와 비슷하게 다른 국에 비하여 자주 먹었고 기호도가 높은 음식으로 사료된다. 무국은 16.3%가 매우 자주 먹는 편이고 7.7%는 비교적 자주 먹는 편이라고 답하였다. 콩나물국은 37.6%가 매우 자주 먹는 편이고 22.5%는 비교적 자주 먹는 편이라고 나타났다. 신⁸⁾의 연구에 의하면 콩나물국은 매일 먹는 경우 3.6%, 자주먹는 경우 45%로 답하였는데 이는 본 연구와 비슷하게 전체 국 중에서 다른 국에 비하여 기호도가 높게 나타났다. 설렁탕은 조리법이 시간이 걸리고 경제적 이유로 다른 국에 비해 많이 만들어 먹지 않는 것으로 나타났고

표 1. 죽의 섭취 빈도

음식명 \ 섭취빈도	1	2	3	4	5	6	7
흰 죽	40(4.5)*	7(0.8)	2(0.2)	4(0.5)	10(1.1)	20(2.3)	801(90.6)
갓 죽	8(0.9)	3(0.3)			1(0.1)	12(1.4)	860(97.3)
호박 죽	62(7.0)	12(1.4)	3(0.3)	7(0.8)	31(3.5)	36(4.1)	733(82.9)
팥 죽	40(4.5)	3(0.3)		2(0.2)	14(1.6)	34(3.8)	791(89.5)
녹두 죽	6(0.7)		1(0.1)		2(0.2)	12(1.4)	863(97.6)
아욱 죽	25(2.8)	7(0.8)	6(0.7)	6(0.7)	20(2.3)	16(1.8)	804(90.9)
기 타	14(1.6)	2(0.2)	2(0.2)	1(0.1)	4(0.5)	3(0.3)	858(97.1)

1: 매우 자주 먹는 편이다(1-3일 기준)
 2: 비교적 자주 먹는 편이다(4-7일 기준)
 3: 보통 먹는 편이다(8-10일 기준)
 4: 가끔 먹는 편이다(11-15일 기준)

5: 매우 드물게 먹는 편이다(16-30일 기준)
 6: 기타(30일 이상)
 7: 무응답(만들어 먹지 않는 경우)
 *N(%)

표 2. 국의 섭취 빈도

음식명 \ 섭취빈도	1	2	3	4	5	6	7
된장 국	286(32.4)*	147(16.6)	117(13.2)	185(20.9)	83(9.4)	13(1.5)	53(6.0)
무 국	144(16.3)	68(7.7)	50(5.7)	22(2.5)	31(3.5)	14(1.6)	555(62.7)
콩나물	332(37.6)	199(22.5)	113(12.8)	32(3.5)	14(1.6)	22(2.5)	172(19.5)
설렁탕	17(1.9)	5(0.6)	7(0.8)	7(0.8)	48(5.4)	5(0.6)	795(89.9)
복어 국	91(10.3)	58(6.6)	43(4.9)	31(3.5)	48(5.4)	14(1.6)	599(67.8)
곰탕	33(3.7)	13(1.5)	9(1.0)	11(1.2)	66(7.5)	10(1.1)	742(83.9)
미역 국	325(36.8)	177(20.0)	98(11.1)	78(8.8)	58(6.6)	7(0.8)	141(15.9)
기 타	34(3.8)	19(2.1)	7(0.8)	4(0.5)	2(0.2)	2(0.2)	816(92.3)

1: 매우 자주 먹는 편이다(1-3일 기준)
 2: 비교적 자주 먹는 편이다(4-7일 기준)
 3: 보통 먹는 편이다(8-10일 기준)
 4: 가끔 먹는 편이다(11-15일 기준)

5: 매우 드물게 먹는 편이다(16-30일 기준)
 6: 기타(30일 이상)
 7: 무응답(만들어 먹지 않는 경우)
 *N(%)

5.4%가 매우 드물게 먹는 편이라고 답하였다.

신⁸⁾의 연구에 의하면 설렁탕은 본 연구보다 더 많이 먹는 것으로 나타났다. 이는 지역적인 경제 상황 차이에 따른 것으로 사료된다. 복어국은 10.3%가 매우 자주 먹는 편이라고 조사결과 나타났는데 지역적으로 다른 지역에 비해 복어를 생산하는 지역이 가까운 탓에 만들어 먹는 빈도가 비교적 높게 나왔다. 곰탕은 7.5%가 매우 드물게 먹는 편이고 3.7%가 매우 자주 먹는 편이라고 나타났다. 미역국은 36.8%가 매우 자주 먹는 편이고 20%는 비교적 자주 먹는 편이라고 답하였는데 다른 국에 비하여 자주 만들어 먹는 것으로 나왔다.

(3) 찌개

조사결과 된장찌개는 28.8%가 매우 자주 먹는 편이

고 20%는 가끔 먹는 편이다 하였고 14.8%는 비교적 자주 먹는 편이라고 답하였다(표 3). 신⁸⁾에 의하면 매일 먹음이 11.8% 자주 먹음은 70.0%로 보고 하였다. 1985년의 이⁹⁾ 조사에서 60.2%가 하루 한두가지의 찌개나 국이 필요하다고 하였다. 이와같이 찌개는 반상 차림에 자주 오르는 필수 음식이고 다른 음식에 비해 자주 만들어 먹는 음식으로 나타났다. 고추장찌개는 14.6%가 매우 자주 먹는 편이고 11.9%는 비교적 자주 먹는 편으로 나타났다. 신⁸⁾에 의하면 고추장찌개를 매일 먹는다는 9.7%, 자주 먹는다는 60.8%로 나타났는데 된장찌개에 비하여서는 선호도가 낮지만 비교적 많이 먹는 것으로 사료된다. 김치찌개는 본 조사에서 32%가 매우 자주 먹는다고 답하였고 17.8%는 비교적

표 5. 찜의 섭취 빈도

음식명 \ 섭취빈도	1	2	3	4	5	6	7
돼지 갈비찜	57(6.4)*	9(1.0)	4(0.5)	18(2.0)	54(6.1)	25(2.8)	717(81.1)
북 어 찜	100(11.3)	57(6.4)	33(3.7)	25(2.8)	42(6.8)	10(1.1)	617(69.8)
기 타	10	5	1	3	1	2	

1: 매우 자주 먹는 편이다(1-3일 기준)
 2: 비교적 자주 먹는 편이다(4-7일 기준)
 3: 보통 먹는 편이다(8-10일 기준)
 4: 가끔 먹는 편이다(11-15일 기준)

5: 매우 드물게 먹는 편이다(16-30일 기준)
 6: 기타(30일 이상)
 7: 무응답(만들어 먹지 않는 경우)
 *N(%)

표 6. 전의 섭취 빈도

음식명 \ 섭취빈도	1	2	3	4	5	6	7
완 자 전	27(3.1)*	13(1.5)	13(1.5)	10(1.1)	27(3.1)	23(2.6)	771(87.2)
생 선 전	97(10.9)	47(5.3)	10(1.1)	18(2.0)	26(2.9)	17(1.9)	669(75.7)
호 박 전	201(22.7)	130(14.7)	53(5.9)	23(2.6)	35(3.9)	16(1.8)	426(48.2)
파 전	172(19.5)	52(5.9)	39(0.4)	22(2.5)	37(4.2)	18(2.0)	544(61.5)
기 타	23	6	10	9	11		

1: 매우 자주 먹는 편이다(1-3일 기준)
 2: 비교적 자주 먹는 편이다(4-7일 기준)
 3: 보통 먹는 편이다(8-10일 기준)
 4: 가끔 먹는 편이다(11-15일 기준)

5: 매우 드물게 먹는 편이다(16-30일 기준)
 6: 기타(30일 이상)
 7: 무응답(만들어 먹지 않는 경우)
 *N(%)

표 7. 조림의 섭취 빈도

음식명 \ 섭취빈도	1	2	3	4	5	6	7
감자조림	276(31.2)*	230(26.0)	110(12.4)	14(1.6)	14(1.6)	8(0.9)	203(22.9)
생선조림	264(29.8)	205(23.2)	74(8.4)	36(4.1)	13(1.5)	7(0.8)	285(32.2)
콩 조 림	132(14.9)	70(7.9)	48(5.4)	49(5.5)	56(6.3)	4(0.5)	525(59.4)
연근조림	35(3.9)	11(1.2)	13(1.5)	7(0.8)	9(1.0)	1(0.1)	808(0.9)

1: 매우 자주 먹는 편이다(1-3일 기준)
 2: 비교적 자주 먹는 편이다(4-7일 기준)
 3: 보통 먹는 편이다(8-10일 기준)
 4: 가끔 먹는 편이다(11-15일 기준)

5: 매우 드물게 먹는 편이다(16-30일 기준)
 6: 기타(30일 이상)
 7: 무응답(만들어 먹지 않는 경우)
 *N(%)

문으로 나타났고 또한 전은 간식, 술안주, 손님초대시, 생일, 명절에 많이 이용¹²⁾하는 음식으로 나타났다.

(7) 조림

조사결과 조림을 매일 자주 먹는 편이라고 답한 경우는 표 7과 같이 감자조림이 31.2%, 생선조림이 29.8%, 콩조림이 14.9%, 연근조림이 3.9%로 나타났다. 그리고 비교적 자주 먹는 편으로 나타난 것은 감자 조림이 26%, 생선조림 23.2%, 콩조림은 7.9%로 나타났다(표 7). 신⁸⁾의 보고에 의하면 연근조림의 섭취빈도가 자주

먹는 경우는 22.2%로 높게 나타났는데 본 연구와 대조를 이루는 것 같았다.

(8) 나물

조사결과 나물은 표 8과 같이 매우 자주 먹는 편으로 답한것은 콩나물이 38% 시금치나물 27% 도라지나물 28.2% 호박나물 25.3% 숙주나물 7.4%로 나타났다. 비교적 자주 먹는 편으로 나타난 것은 콩나물이 24.7% 시금치나물 23.1% 도라지나물 17.9% 호박나물 18.7% 숙주나물 3.3%였다. 전체적으로 나물을 많이

만들어 먹는 것으로 나타났다(표 8). 신⁸⁾의 연구에 의하면 자주 먹는 나물의 빈도는 콩나물이 66.8%, 시금치나물은 44.3% 취나물 18.9%로 나타나 본 연구와 비슷한 경향이였다.

(9) 일품음식

일품음식은 주식으로서 여러가지 반찬이 준비되지 않아도 쉽게 한끼의 식사를 할 수 있는 것이다. 본 조사에서 칼국수는 32.6%가 매우 자주 먹는 편이고, 14.4%는 비교적 자주 먹는 편으로 나타났다. 수제비는 19.1%가 매우 자주 먹는 편이고, 6.3%는 매우 드물게 먹는 편으로 답하였다. 냉면은 8.9%가 매우 자주 먹는 편이고, 5.8%가 매우 드물게 먹는 편으로 답하였다. 감자옹심이 3.2%가 매우 자주 먹는 편이고, 2%는 가끔 먹거나 매우 드물게 먹는 편으로 나타났다.

막국수는 14.6%가 매우 자주 먹는다고 답하여 다른지역과 달리 강원도지역의 향토 음식으로서 감자옹심이와 막국수는 일품음식에서 비교적 많이 먹는 것으로 나타났다. 무밥은 2.5%만 매우 자주 먹는다고 답하였다(표 9). 신⁸⁾의 연구에 의하면 칼국수는 29.3%가 자주 먹는다고 답하고 수제비는 19.9%가 자주먹는다고 답하였다. 냉면은 27.9%가 자주 먹는다고 답하였다. 이는 본 연구와 거의 비슷하였다.

(10) 병과류

조사결과 병과류는 표 10과 같이 송편이 9.5%가 매우 자주 먹는 편이고, 6.6%는 매우 드물게 먹는 편이라고 답하였다. 송편은 다른떡에 비하여 자주 만들어 먹었는데 강원도 지역의 향토 음식인 감자 송편을 자주 만들어 먹는 것을 알 수 있었다. 팔시루 떡은 6%가

표 8. 나물의 섭취 빈도

음식명 \ 섭취빈도	1	2	3	4	5	6	7
콩 나 물	336(38.0)*	218(24.7)	125(14.1)	42(4.8)	9(1.0)	7(0.8)	147(16.6)
숙주나물	65(7.4)	29(3.3)	13(1.5)	16(1.8)	29(3.3)	2(0.2)	730(82.6)
시금치나물	239(27.0)	204(23.1)	79(8.9)	41(4.6)	17(1.9)	6(0.7)	298(33.7)
도라지나물	249(28.2)	159(17.9)	69(7.8)	47(5.3)	17(1.9)	7(0.8)	336(38.0)
호박나물	224(25.3)	165(18.7)	85(9.6)	47(5.3)	4(0.5)	11(1.2)	348(39.4)
산 나 물	101(11.4)	64(7.2)	38(4.3)	22(2.4)	19(2.1)	9(1.0)	631(71.3)
기 타	37	8	12	4	4	1	

1: 매우 자주 먹는 편이다(1-3일 기준)
 2: 비교적 자주 먹는 편이다(4-7일 기준)
 3: 보통 먹는 편이다(8-10일 기준)
 4: 가끔 먹는 편이다(11-15일 기준)

5: 매우 드물게 먹는 편이다(16-30일 기준)
 6: 기타(30일 이상)
 7: 무응답(만들어 먹지 않는 경우)
 *N(%)

표 9. 일품음식의 섭취 빈도

음식명 \ 섭취빈도	1	2	3	4	5	6	7
막 국 수	129(14.6)*	20(2.3)	20(2.3)	29(3.3)	56(6.3)	14(1.6)	616(69.7)
무 밥	22(2.5)	7(0.8)	2(0.2)	6(0.7)	7(0.8)	10(1.1)	830(93.9)
수 제 비	169(19.1)	27(3.1)	29(3.3)	23(2.6)	74(8.4)	30(3.4)	532(60.1)
만 두 국	92(10.4)	17(1.9)	18(2.0)	15(1.7)	47(5.3)	8(0.9)	687(77.7)
칼 국 수	288(32.6)	127(14.4)	70(7.9)	63(7.1)	55(6.2)	14(1.6)	267(30.2)
냉 면	79(8.9)	16(1.8)	12(1.4)	31(3.5)	51(5.8)	27(3.1)	668(75.6)
감자 옹심이	28(3.2)	6(0.7)	13(1.5)	18(2.0)	18(2.0)	18(2.0)	783(88.6)

1: 매우 자주 먹는 편이다(1-3일 기준)
 2: 비교적 자주 먹는 편이다(4-7일 기준)
 3: 보통 먹는 편이다(8-10일 기준)
 4: 가끔 먹는 편이다(11-15일 기준)

5: 매우 드물게 먹는 편이다(16-30일 기준)
 6: 기타(30일 이상)
 7: 무응답(만들어 먹지 않는 경우)
 *N(%)

표 10. 병과류의 섭취 빈도

음식명 \ 섭취빈도	1	2	3	4	5	6	7
팔시루떡	53(6.0)*	11(1.2)	9(1.0)	2(0.2)	29(3.3)	71(8.0)	709(80.2)
인 절 미	45(5.1)	8(0.9)	4(0.5)	8(0.9)	37(4.2)	59(6.7)	723(81.8)
송 편	84(9.5)	10(1.1)	9(1.0)	3(0.3)	58(6.6)	60(6.8)	660(74.7)
절 편	56(6.3)	8(0.9)		3(0.3)	38(4.3)	43(4.9)	736(83.2)
약 과	17(1.9)	1(0.1)	1(0.1)	2(0.2)	6(0.6)	59(6.6)	798(90.2)
강 정	12(1.3)	2(0.2)	1(0.1)	2(0.2)	8(0.9)	42(4.7)	817(92.4)

1: 매우 자주 먹는 편이다(1-3일 기준)
 2: 비교적 자주 먹는 편이다(4-7일 기준)
 3: 보통 먹는 편이다(8-10일 기준)
 4: 가끔 먹는 편이다(11-15일 기준)

5: 매우 드물게 먹는 편이다(16-30일 기준)
 6: 기타(30일 이상)
 7: 무응답(만들어 먹지 않는 경우)
 *N(%)

표 11. 음청류의 섭취 빈도

음식명 \ 섭취빈도	1	2	3	4	5	6	7
수 정 과	30(3.3)*	11(1.2)	6(0.6)	4(0.4)	22(2.4)	59(6.6)	752(85.0)
식 혜	93(10.5)	25(2.8)	9(1.0)	16(1.8)	44(4.9)	58(6.5)	639(72.2)

1: 매우 자주 먹는 편이다(1-3일 기준)
 2: 비교적 자주 먹는 편이다(4-7일 기준)
 3: 보통 먹는 편이다(8-10일 기준)
 4: 가끔 먹는 편이다(11-15일 기준)

5: 매우 드물게 먹는 편이다(16-30일 기준)
 6: 기타(30일 이상)
 7: 무응답(만들어 먹지 않는 경우)
 *N(%)

매우 자주 먹는 편이고, 8%는 기타로 답하여 가끔 먹는 것으로 알 수 있다. 인절미는 5.1%가 매우 자주 먹는 편이고, 6.7%는 기타로 나타났는데 이것도 팔시루떡과 비슷하게 먹는 것을 알 수 있었다. 절편은 6.3%가 매우 자주 먹는 편이고 먹는다고 답하고 4.9%는 기타로 나타내었다. 약과는 1.9%가 매우 자주 먹는 편이고 6.6%가 기타로 답하였다. 이로 보아 팔시루떡 인절미 절편 약과는 먹는 빈도가 거의 비슷함을 알 수 있었다. 이로미루어 집안에 행사가 있을때 같이 만들어 먹는 병과류로 사료된다. 강정은 4.7%가 기타로 답하여 떡류 보다는 섭취 빈도가 낮았고 이는 만드는 방법이 복잡하기 때문으로 사료된다(표 10). 신⁸⁾의 연구에서도 병과류에 대한 기호도는 높지만 섭취 빈도는 낮게 나타났고 이¹⁰⁾의 보고에서도 병과류와 음청류에 대한 기호도는 연령이 높을수록 높게 나타났다.

(11) 음청류

조사결과 음청류는 표 11과 같이 식혜를 가장 많이 먹는 것으로 나타났는데 10.5%는 매우 자주 먹는 편이고, 6.5%는 기타로서 가끔 집안 행사때 만들어 먹는 음식으로 나타났다. 수정과도 6.6%가 기타로 가끔 만들어 먹고, 3.3%는 매우 자주 먹는다고 답을 하였다(표 11).

2. 가정에서 실시하는 시절식

강원도 가정에서 실시하고 있는 시절식 시행 빈도는 표 12와 같이 나타났다.

조사결과 설날은 97.9%가 지내고 가장 많이 지내는 명절로 나타났고 연령별로는 30대, 40대, 50대 이상에서 각각 30% 이상으로 다른 명절에 비해 많이 지내고 골고루 지내는 것으로 나타났다. 조¹³⁾의 연구에서도 설날의 98.7%로 가장 많이 나왔고 이는 본 연구와 비슷하였다. 김¹⁴⁾의 보고에서도 강릉 97.4% 대전 92.8% 전주 95.4% 대구 91.3%가 설날을 꼭 시행한다고 하였고 박¹⁵⁾의 보고에서도 설날을 95.7%가 지낸다고 하여 본 연구와 비슷하게 지내는 것으로 사료 된다.

조사결과 정월 대보름은 70.8%가 지낸다고 답하였고 연령별로는 50세 이상이 22.7% 지내고 40-49세 22.1%, 30-39세는 21% 지내는 것으로 보아 연령이 높을수록 보름을 지내는 가정이 많았고 저소득층일수록 많이 지냈는데 이는 $p < 0.05$ 수준에서 유의한 차가 있는 것으로 나타났다. 조¹³⁾의 연구에 의하면 정월대보름은 89.4% 김¹⁴⁾의 보고에는 본 조사보다 많이 지내는 것으로 나타났다. 정월대보름의 풍습은 영남지방의 풍습이고¹⁶⁾ 지역에 따른 음식을 만들어 먹는 차이도 있는 것으로 나타났다¹⁴⁾. 박¹⁵⁾의 보고에서는 70.4%가 지낸다고 하

표 12. 가정에서 실시하는 시절식

상 황 변 수	빈 도(N)	백분율(%)
설 날	865	97.9
정월대보름	626	70.8
입 춘	13	1.5
삼 진 날	13	1.5
사월초파일	87	9.8
단 오	200	22.6
유 두	5	0.6
한 식	125	14.1
칠 석	30	3.4
삼 복	245	27.7
추 석	845	95.6
동 지	406	45.9

여 울릉도 지역은 강원도와 비슷하게 보름을 지내는 것으로 나타났다.

입춘은 음력 12월말이나 정월초에 입춘이 온다. 그래서 입춘은 봄을 시작하는 좋은 명절이다¹⁷⁾. 본조사에서 입춘은 1.5%가 지낸다고 답하였다. 조사결과 입춘은 전체적으로 지내지 않는 경우가 지내는 경우보다 많이 나왔다. 조¹³⁾의 연구에서는 입춘을 3.9%가 시행한다고 하였다. 본 조사보다는 많이 지내는 것으로 나타났다지만 전국적으로 비교적 여유가 있는 가정에서 입춘을 지내는 것으로 나타났다.

3월 3일은 강남값던 제비가 돌아온다는 명절로 삼춘의 가장 큰 명절로 삼는다¹⁷⁾. 본 조사에서는 삼진을 지내는 빈도가 1.5%로 입춘과 비슷하게 거의 지내지 않는 명절로 나타났다.

조사결과 삼진은 지내지 않는 경우가 지내는 경우보다 훨씬 많은 것으로 나왔다. 김¹⁴⁾의 연구에 의하면 강릉지역에서 33.1%가 지낸다고 하여 다른 지역에 비해 월등히 높게 나타났다. 대전 16.2%, 전주 20.6%, 대구 24.6%가 꼭 시행한다고 답하여 본 연구와는 상당한 차이가 있는 것으로 사료된다. 조¹³⁾의 보고에서도 삼진날은 거의 지내지 않는 것으로 나타났다. 박⁶⁾의 보고에서는 11.7%가 지낸다고 하여 본 연구와는 상당한 차이가 있는 것으로 사료되었다.

초파일은 석가모니 탄생일이라 하여 이날 저녁에 연등하여 경축하는 날이다. 본 조사에서 초파일을 지내는 빈도는 9.8%로 나타났다. 조¹³⁾의 연구에서는 37.9%가 지낸다고 답하였고 김¹⁴⁾의 보고에서는 대전 35.9%, 전주 25.9%, 대구 59.5%로 나타났다. 전체적으로 많은 지역에서 시행하는 행사로 나타났다. 본 조사와 상당히 차이가 나는 것을 알 수 있었다. 박¹⁵⁾의 연구에 의하면 초파일을 21.6%가 지내는 것으로 나타났는데 본 연구와는 상당히 차이가 날 정도로 울릉도에서는 많은 사

람이 초파일을 지내는 것을 알 수 있었다. 이는 지역의 문화 환경 차이때문으로 사료된다.

단오날에는 부녀자들이 창포뿌리를 머리에 꽂거나 창포 삶은 물에 머리를 감고 축을 뜬어서, 떡을 수레바퀴처럼 둥글게 만들어 수리취라고 하며 단오날을 수렛날(술의 날)이라고도 한다. 조선시대 말기까지만 해도 사대명절의 하나로서 단오차례를 지내기도 하였다¹⁷⁾. 본조사에서 단오를 지내는 경우가 22.6%로 나타났다. 조사결과 단오는 입춘이나 삼진에 비해 훨씬 많이 지내는 것으로 나타났다. 연령별 연간소득에 따라 통계처리결과 $p < 0.05$ 수준에서 유의한 차가 나타났다. 조¹³⁾의 보고에 의하면 단오를 26.4%가 지낸다고 하였고 김¹⁴⁾의 연구에서는 강릉, 대구지역이 꼭 지낸다가 40.3%, 24.6%로 많이 지내는 것으로 나타났다. 단오에서 만들어 먹는 음식중 제호탕은 지역에 따라 약간의 차이는 있으나 거의 만들어 먹지 않아서 사라져가는 음식으로 보고되었다. 박¹⁵⁾의 연구에서는 9.3%가 단오를 지낸다고 하였는데 이는 본 조사에서 보다 훨씬 적은 가정에서 단오를 지내는 것으로 나타났다.

유월 보름을 유두라고 하는데 대개 신라의 옛 풍습을 따랐다. 동으로 흐르는 냇물에 머리를 감고 모든 부정을 다 떠내려 보낸다. 그리고 유두연이라 하여 산골짜기나 경치 좋은 물가를 찾아가서 술을 마시고 즐기는 풍류놀이이었다¹⁷⁾. 이 절기는 조사대상자들이 잘 모르는 시절식으로 나타났다. 조¹³⁾의 연구에서 유두를 3.1%가 지낸다고 하였고 김¹⁴⁾도 유두일의 풍습은 사라져 가고 시절식도 지역에 관계없이 거의 잊혀져 가고 있는 실정인 것으로 보고하였다.

한식날은 청명절이라고도 하여 동지부터 105일째되는 날로 이시기에는 강이나 바다에서 생선이 맛이 있어 이 시기를 시식으로 꼽는 날이다¹⁷⁾. 본 연구에서는 한식을 14.1%가 지낸다고 하였고 4월 초파일보다 비교적 많은 사람이 지내는 것을 알 수 있었다. 조¹³⁾의 보고에서 한식을 19.6%가 지낸다고 보고하였는데 이는 본 연구보다 많이 지내는 편이었다. 박¹⁵⁾의 보고에서는 한식을 6.8%가 지낸다고 하여 본 연구가 훨씬 더 많이 지내는 명절로 나타났다. 7월 7일의 밤에 견우와 직녀가 만나는 날로 부녀자들은 길쌈과 바느질을 관장한다는 직녀에게 기원을 한다¹⁷⁾. 조사결과 칠석은 3.4%가 지낸다고 답하였다. 이는 조¹³⁾의 연구에서 12.6%와는 상당한 차이가 나는 것을 알 수 있었고 조사결과 칠석은 거의 지내지 않는 것으로 나타났다. 통계처리결과 $p < 0.01$ 수준에서 연간 소득별 칠석을 지내는 경우와 유의한차가 있는 것으로 나타났다. 박¹⁵⁾의 보고에서는 칠석을 4.9%가 지낸다고 나타났는데 이는 본 연구와

거의 비슷한 것으로 알 수 있었다. 복날에는 더위를 피하여 산수 좋은 곳을 찾아가서 시를 짓고 술을 마시고 찬물에 발을 담그고 하루 더위를 잊는 날이다¹⁷⁾. 본 조사에서는 27.7%가 삼복을 지낸다고 답하였다. 조¹⁸⁾는 60.8%가 지낸다고 하였고 김¹⁹⁾의 보고에서는 삼복을 꼭 시행하거나 대체로 시행한다고 답한 지역이 강릉은 70.1%, 대전 56.9%, 전주 58%, 대구 76.2%로 상당히 높은 빈도를 나타내었다. 조사결과 삼복은 단오보다 많이 지내는 것으로 나타났다. 통계처리결과 연간소득별과 거주형태별로 $P < 0.01$ 에서 아주 유의한 차가 나타났고 가족 구성별간에는 $P < 0.05$ 수준에서 유의한 차가 나는 것으로 나타났다. 박¹⁵⁾의 보고에서는 8.0%가 삼복을 지낸다고 답하였다. 이는 본 조사뿐만 아니라 다른 연구와도 상당히 차이가 나는 것으로 알 수 있다. 추석은 가위라 하여 설과 함께 가장 큰 명절로 삼는다. 추수가 한창인 때이기에 햇곡식과 과일 모든 먹거리가 풍부한 계절이므로 넉넉치 못한 민가에서도 쌀로 술을 빚고 닭을 잡아서 여러가지 음식을 차려 즐기는 명절이다¹⁷⁾. 본 조사에서는 95.6%가 지낸다고 답하여 설 다음으로 많이 지내는 것으로 나타났다. 조¹⁸⁾의 보고에서는 추석을 97.5%가 지낸다고 답하여 본 조사와 비슷한 경향을 나타내었고 김¹⁹⁾의 조사에서도 거의 100%가 꼭 시행하거나 대체로 시행한다고 답하여 대체로 추석은 거의 모든 사람이 지내는 것을 알 수 있었다. 박¹⁵⁾의 연구에서는 추석은 74.1%가 지낸다고 하였는데 이는 본연구와 차이가 있게 나타났다. 조사결과 추석은 설 다음으로 많이 지내는 것으로 나타났다. 통계처리결과 연령별, 연간소득별로 $P < 0.01$ 수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 조사결과 동지는 45.9%가 지낸다고 답하였다. 김¹⁹⁾의 연구에서는 동지를 꼭 시행한다와 대체로 시행한다는 강릉 94.8%, 대전 77.8%, 전주 86.3%, 대구 93.6%로 나타났고 조¹⁸⁾의 연구에서는 동지를 90.0%가 지낸다고 답하여 많은 주부들이 동지를 지내는 것으로 나타났다. 박¹⁵⁾의 보고에서는 44.4%가 지낸다고 하였다. 본 연구와 비슷한 경향을 나타내었다.

3. 전통 발효 음식

강원도 가정에서 만드는 발효 음식 빈도는 표 13에 나타내었다.

조사결과 간장은 86.8%가 만들어 먹는다고 답하였고 각 가정에서 비교적 많이 만들어 먹는 발효 음식으로 나타났다. 통계처리결과 연령별, 가족구성별로 $p < 0.01$ 에서 유의한 차이가 나타났다. 연령이 높을수록 간장을 담귀 먹는 주부가 많았다. 신⁸⁾의 보고에 의하면 장류를 매년 집에서 담근다고 답한 경우가 65.9%가

표 13. 집에서 만드는 발효음식 이용빈도

상 황 변 수	빈 도(N)	백분율(%)
간 장	767	86.8
된 장	790	89.4
고추장	852	96.4
막 장	659	74.5
청국장	458	51.8
김 치	868	98.2
장아찌	587	66.4
주 류	133	15.0
기 타	31	3.5

끔 담근다 20.2% 간장을 담그는 것을 알 수 있었고 본 연구와 비슷한 경향을 나타내었다. 이¹⁰⁾의 보고에서는 집에서 담근다고 답한 경우가 73.7%로 나왔고 연령이 낮고 학력이 높을수록 담귀 먹지 않는 것으로 나타났다. 조사결과 된장은 89.4%가 집에서 만들어 먹고 답하였고 고추장 다음으로 많이 담귀 먹는 발효 음식으로 나타났다. 이¹⁰⁾의 연구에서 된장을 82.1%가 집에서 담근다고 하였고 이는 본연구와 큰 차이는 나지 않았다. 연령이 증가할수록 장류 필요도가 높게 나타났고 남녀 차이는 나타나지 않았다. 또한 연령이 높을수록 날 야채와 곁들여 먹기를 좋아하는 것으로 나타났다. 조사결과 고추장은 96.4%가 집에서 담귀 먹는다고 나타났다. 김치 다음으로 많이 만들어 먹는 발효 음식으로 나타났고 연령별 거주형태별로 $p < 0.05$ 수준에서 유의한 차이가 나타났다. 연령이 높고 한옥에서 생활을 할수록 고추장을 담그는 경우가 많았다. 이¹⁰⁾의 보고에 의하면 고추장을 85.6%가 집에서 담그는 것으로 알 수 있고 연령이 많을수록 고추장을 집에서 만드는 것으로 나타났다. 조사결과 막장은 74.5%가 집에서 담근다고 답하였다. 된장보다는 적지만 청국장보다는 많이 만들어 먹는 발효 음식으로 나왔다. 강원도 지역은 된장을 따로 만들지 않고 막장을 된장 대용으로 이용하는 경우가 많았다. 가족구성별 거주형태에 따라 $p < 0.01$ 수준에서 유의한 차이가 나타났다. 조사결과 청국장은 51.8%가 만들어 먹는다고 답하였는데 이는 장아찌 다음으로 많이 만들어 먹는다고 나타났다. 이¹⁰⁾의 연구에서 많은 층에서 많이 담귀 먹고 가족구성별 청국장 담그는것과 $p < 0.01$ 수준에서 유의한 차이가 나타났다. 조사결과 장아찌는 66.4%가 만들어 먹는 것으로 나타났다. 연령이 높고 한옥에 거주하는 주부가 장아찌를 많이 담귀 먹었고 통계처리결과 연령에 따라 장아찌를 담귀먹는 것과는 $p < 0.01$ 수준에서 유의한 차이가 있었다. 그리고 가족 구성별에 따라 $p < 0.1$ 수준에서 유의한 차이가 나타났다. 이¹⁰⁾의 보고에 의

하면 연령이 높을수록 장아찌에 대한 기호도가 높게 나타났고 50세 이상에서는 28.5%가 장아찌를 좋아하고 자주 섭취한다고 답하고 남자보다 여자가 더 좋아 하는 것으로 나타났다. 조사결과 술은 15%가 담근다고 하였는데 발효음식에서 가장 적게 만들어 먹는 음식으로 나왔고 연령이 높을수록 한옥에 거주하는 주부들이 술을 많이 담궈 먹는 것으로 나타났다. 술은 번거로운 조리법으로 우리의 식생활에서 자주 만들지 않는 음식으로 나타났다.

IV. 결 론

강원 지역 농촌 주부를 대상으로 자주 이용하는 전통음식, 우리의 세시풍속 및 전통발효음식의 빈도를 중심으로 조사한 결론은 다음과 같다.

1. 자주 이용하는 전통음식의 섭취빈도에서 주식은 흰밥과 잡곡밥(70%)이 높게 나타났고 죽은 조리법이 복잡하여 전체적인 빈도는 낮았지만 호박죽(17.1%)과 팥죽(10.5%)을 가장 많이 만들어 먹는다고 답하였다.
2. 국은 시간이 적게 걸리고 조리법이 비교적 간단한 된장국(94%)과 미역국(84.1%)을 많이 만들어 먹는다고 나타났고 찌개는 된장찌개(86.1%)와 김치찌개(78.1%)로 답하였다.
3. 구이는 전체적인 기호도가 높은 편이고 김구이(82.4%), 생선구이(78.1%)를 가장 많이 만들어 먹고 하였다. 지역적으로 오징어가 많이 산출되기에 오징어구이를 타지역에 비하여 많이 만들어 먹는 것으로 나타났다. 전은 호박전(51.8%)을 가장 많이 먹는다고 답하였다.
4. 찜은 북어찜(30.2%), 조림은 감자조림(77.1%)을 가장 많이 만들어 먹는다고 하였는데 이는 지역적으로 북어와 감자가 타지역에 비해 많이 산출되는 지역이기 때문이다.
5. 나물은 콩나물(83.4%), 시금치나물(66.3%)을 가장 많이 만들어 먹는다고 나타났고 산나물은 주로 취나물을(28.7%) 만들어 먹는것으로 답하였다.
6. 일품음식은 칼국수(69.8%)를 가장 많이 만들어 먹는다고 나타났다. 그외에 강원도 지역의 향토음식으로서 막국수(30.3%)와 감자옹심이(11.4%)를 특징적으로 만들어 먹는 것으로 답하였다.
7. 병과류와 음청류는 송편(25.3%)과 식혜(27.8%)를 가정의 행사때 만들어 먹는 것으로 나타났다.
8. 가정에서 실시하는 시절식은 설날(97.9%), 추석(95.6%), 정월 대보름(70.8%), 동지(45.9%), 삼복(27.7%),

단오(22.6%), 한식(14.1%) 순으로 많이 지내는 것으로 나타났고 그외에 입춘 삼진날 유두 칠석은 거의 지내지 않는 것으로 나타났다.

9. 전통 발효 음식의 빈도는 김치(98.2%), 고추장(96.4%), 된장(89.4%), 간장(86.8%), 막장(74.5%), 장아찌(66.4%) 순으로 많이 만들어 먹었고 특히 고추장은 대부분의 가정에서 담궈 먹는 전통발효음식으로 나타났고 연령이 높고 한옥에 거주하는 층이 가장 발효음식을 많이 만들어 먹었다.

이상과 같은 결론을 통하여 우리는 앞으로 우리의 전통음식을 계승 발전시켜 후세에 널리 알릴 필요가 있다고 사료된다.

참고문헌

1. 강인희: 한국의 맛, 대한 교과서 주식회사, (1988).
2. 윤서석: 한국식품사연구, 신광출판사, (1984).
3. 강인희: 한국식생활사, 삼영사, (1978).
4. 신민자: 한국 식생활 문화의 어제와 오늘, 국민영양, 4: 14 (1986).
5. 장수근: 한국의 세시풍속, 형설출판사, (1989).
6. 임양순: 우리나라 절식에 관한 연구, 한국식문화학회지, 1(4): 361 (1986).
7. 한 역, 문현경: 향토 음식의 개발과 보급, 우리 음식의 국제화를 위한 식단의 표준화, 한국식품과학회, 한국 음식 문화 세미나, 6 (1994).
8. 신민자, 이영남, 김복남: 전통음식의 현황과 관한 연구, 한국식문화학회지 6(1): 71 (1991).
9. 강인희: 한국 식생활 풍속, 삼영사 (1984).
10. 이정주: 서울 지역을 대상으로 한 식습관의 변화에 관한 연구, 중앙대학교 대학원 석사논문, 94 (1985).
11. 황혜선: 지역·연령·성별에 따른 식품 선호도에 관한 연구 - 서울·전남 일부 지역을 중심으로 -, 한국식문화학회지, 3, 2 (1988).
12. 구성자, 이영순, 장정옥: 전통식에 입각한 한국적인 fast food의 개발정착에 관한 연구, 한국식문화학회지 4(1): 1 (1989).
13. 조연숙: 전통 음식에 관한 도시 주부들의 의식조사 연구 -대구 지역 중심-, 한국식문화학회지, 3(3): 128 (1988).
14. 김향희: 한국 음식의 여행실태에 관한 지역별 비교연구, 한국식문화학회지 6(2): 155 (1991).
15. 박영선: 울릉도 지역 주부들의 전통음식과 금기식품에 대한 인식, 한국조리과학회지 10(2): 151 (1994).
16. 윤옥현: 경주지역 전통음식에 관한 연구, 세종대학교 (1979).
17. 황혜성, 한복진, 한복선: 한국 전통음식, 교문사 (1991).

(1996년 1월 5일 접수)