

일 도시 초등학생들의 건강행위 분석

이정렬 · 유일영 · 임미영(연세대학교 간호대학)

목 차	
I. 서 론	IV. 결론 및 제언
II. 연구방법	참고문헌
III. 연구결과 및 논의	영문초록

I. 서 론

1. 연구의 필요성과 목적

우리나라는 1995년 건강증진법을 공포하면서 건강관리의 중점을 질병치료보다는 건강유지 및 증진에 두려는 노력을 시작하였다. 학교보건 대상자인 학생들과 교직원들은 우리나라 전체 인구중 28% 정도를 차지할 정도로 중요한 부분을 차지하며, 동시에 건강증진사업을 위한 대상으로도 다음과 같은 이유들로 가장 적절하다고 하겠다.

첫째, 학령기는 건강습관을 형성하는 시기이므로 이 시기에 건강행위를 습관화하는 것이 가장 효율적인 건강증진사업이다.

둘째, 건강증진을 위한 전략 중 가장 중요한 것은 보건교육이다. 학교에서는 교과과정내에 보건교육을 통합하여 제공할 수 있기 때문에 다른 대상자들보다 건강증진사업을 용이하게 수행할 수 있다.

셋째, 학생들을 대상으로한 건강증진사업의 효과는 가정에까지 파급될 수 있으므로 전체 국민의 28%에 게 제공된 사업은 대다수 국민에게까지도 파급효과

가 있을 수 있다.

우리나라는 전국적으로 볼 때 50%가 넘는 학교에 양호교사가 근무하고 있으나 그들에 의한 건강증진 사업은 일부 뜻있는 교사나 학교에 의한 소수에 불과하고 그러한 사업도 체계적이고 장기간의 계획에 의한 것이라기 보다는 일시적인 것이 많다. 체계있는 학교건강증진사업 개발을 위해서는 우리나라도 보다 포괄적으로, 지역사회와 학교가 공동으로 노력하는 접근이 필요하다. 특히 요즘 같이 건강과 사회문제가 연결되어 있을 때는 학생들, 가족, 학교, 공공기관, 지역사회, 정부가 같이 노력하여야 할 것이다.

이에 본연구는 WHO의 학교건강증진프로젝트의 일환으로 일 도시지역에 있는 학교를 대상으로 학교 건강증진프로젝트를 수행함으로써 지역에서 28% 이상을 차지하고 있는 학교보건대상인구의 건강증진을 가져옴으로써, 지역사회전체의 건강증진에 기여하고자 하며, 이를 위한 기초연구로써 학생들의 건강행위를 조사하였다.

이 연구의 목적은 일 도시지역의 초등학생을 대상으로 건강행위를 조사하는 것이며, 구체적인 목적은

다음과 같다.

1. 식사관련 행위를 조사하고 분석한다.
2. 사고예방 관련 행위를 조사하고 분석한다.
3. 흡연경험을 조사하고 분석한다.
4. 개인위생 관련 행위를 조사하고 분석한다.
5. 시력관리 행위를 조사하고 분석한다.
6. 운동관련 행위를 조사하고 분석한다.
7. 환경관련 행위를 조사하고 분석한다.

문자에 준하였고, 우리나라 실정에 따라 본 연구진이 수정하였다.

3. 자료수집

1996년 3월 20일부터 4월 20일까지 설문지를 배포하여 수거하였다. 대상학교의 양호교사, 학급담당교사 및 10인의 훈련된 자료수집자에 의하여 자료수집이 되었다.

4. 자료분석

자료입력은 DBASE프로그램을 이용하였고 통계분석을 위해서는 SAS통계패키지를 이용하였다. 대부분의 건강행위는 명목변수나 서열변수로 측정되었으므로 성별 및 학년별에 따른 건강행위의 차이는 χ^2 -test 또는 t-test를 이용하였으며, 통계적 유의성의 기준은 유의수준 0.05에 의하여 검정하였다.

II. 연구방법

1. 대상

서울 근교지역에 있는 5개 초등학교의 학생전원 5166명을 대상으로 하였으며 각 항목마다 무응답을 제외한 후 분석하였다. 대상자의 일반적 특성으로는 11세가 39.5%로 가장 많았으며, 남학생이 52.9%로 여학생 보다 많았다<표 1 참조>.

2. 도구

연구도구는 WHO 유럽지구에서 1983년부터 3년간격으로 실시한 건강행위 조사인 'Health behaviour in school children'에서 이용한 설문도구와 이를 토대로 서태평양지역의 건강증진위원회에서 개발한 설

III. 연구결과 및 논의

학생들의 건강행위는 크게 1) 식사관련 행위, 2) 사고예방 관련 행위, 3) 흡연, 4) 개인위생 관련 행위, 5) 시력관리 행위, 6) 운동관련 행위, 7) 환경관련 행위로 구분하여 조사하였다. 이들 특성을 학년과 성별에 따른 각각의 건강행위 양상을 분석하였으며 각 행위별 무응답은 제외한 후 분석하였다.

<표 1> 조사대상자의 일반적 특성

일반적 특성	실수	백분율
연령		
11세(4학년)	2037	39.5
12세(5학년)	1655	32.2
13세(6학년)	1459	28.3
소계	5151	100.0
성		
남	2727	52.9
여	2430	47.1
소계	5151	100.0

1. 식사 관련 행위

학생들의 식사관련 특성은 아침식사, 1일 3회 식사, 영양제 복용, 우유섭취 정도, 편식, 간식섭취, 끓인물 섭취여부 등 7가지 특성을 고려하여 조사·분석하였다<표 2 참조>.

아침식사의 경우 아침을 거르지 않는가라는 질문에 대해 무응답을 제외한 응답자 5137명 중 69.5%가 거르지 않고 먹는것으로 응답하였고, 30.5%가 거르는 것으로 답하였다. 학년별, 성별 추이는 고학년과 여학생이 아침밥을 거르는 비율이 높은 것으로

<표 2> 성별·학년별 식사관련 행위

문항	계		성		학년			p값
	실수	백분율	남	여	4학년	5학년	6학년	
아침식사								0.004
예	3572	69.5	1935(71.2)	1637(67.6)	1259(70.7)	1154(70.6)	1159(67.3)	0.048
소계	5137	100.0	2716(100.)	2421(100.)	1781(100.)	1634(100.)	1722(100.)	
1일 3회식사								0.001
예	3542	69.0	1925(71.0)	1617(66.8)	1249(70.2)	1154(70.7)	1139(66.2)	0.008
소계	5133	100.0	2712(100.)	2421(100.)	1780(100.)	1632(100.)	1721(100.)	
영양제 복용								0.564
예	1293	25.3	691(25.6)	602(24.9)	531(30.0)	398(24.4)	364(21.3)	0.000
소계	5109	100.0	2695(100.)	2414(100.)	1772(100.)	1629(100.)	1708(100.)	
우유 섭취								0.000
예	3106	60.6	1753(64.6)	1353(56.1)	1119(63.1)	1019(62.4)	968(56.3)	0.000
소계	5125	100.0	2714(100.)	2411(100.)	1774(100.)	1632(100.)	1719(100.)	
편식								0.119
예	2276	44.6	1232(45.6)	1044(43.4)	782(44.2)	719(44.2)	775(45.2)	0.811
소계	5108	100.0	2703(100.)	2405(100.)	1769(100.)	1624(100.)	1715(100.)	
간식 빈도								0.000
매일	1508	29.5	758(28.1)	750(31.1)	467(26.5)	492(30.1)	549(31.9)	0.000
주 3회이상	1922	37.6	959(35.5)	963(39.9)	647(36.7)	638(38.5)	647(37.6)	
소계	5111	100.0	2700(100.)	2411(100.)	1761(100.)	1631(100.)	1719(100.)	
끓인 물 섭취여부								0.000
예	3670	74.8	1860(72.4)	1810(77.6)	1266(74.5)	1180(75.9)	1224(74.2)	0.487
소계	4903	100.0	2569(100.)	2334(100.)	1700(100.)	1554(100.)	1649(100.)	

* 무응답을 제외한 전수

나타났고 학년별, 성별에 따른 차이는 통계적으로 유의하게 나타났다. 따라서 학생들이 아침식사를 할 수 있도록 하기 위해서는 담임교사를 통하여 아침식사를 거르는 학생과 학부모를 면담하여 올바른 식습관 지도를 하는 것이 필요하다.

식사를 하루에 3번 거르지 않고 먹는가에 대하여, 거르지 않고 먹는다고 답한 학생이 무응답을 제외한 전체 5133명중 69.0%, 거른다고 답한 학생이 30.9%였다. 학년별로 살펴 보면 식사를 하루 세번 거르

지 않고 먹는 비율은 4학년이 제일 높고, 6학년이 제일 낮으며 이 차이는 통계적으로 유의하였다. 성별에 따라서는 여학생이 아침식사를 거르는 비율이 높은 것으로 나타났으며 성별에 따른 차이 또한 통계적으로 유의하게 나타났다.

현재 비타민제나 철분제 등 영양제 복용여부에 대하여 응답한 학생 중 무응답을 제외한 전체 5109명 중 복용하고 있다고 답한 학생이 25.3%, 복용하지 않는다고 답한 학생이 74.7%으로 영양제를 복용하

지 않는 학생이 월등히 많았다. 학년별로 살펴 보면 학년이 낮을수록 비타민제나 철분제등 영양제를 복용하는 비율이 유의하게 높았고, 성별에 따른 영양제 복용비율은 남학생이 다소 높은 것으로 나타났는데 성별에 따른 차이는 통계적으로 유의하지 않았다.

현재 우유를 매일 마시는가에 대하여 매일 섭취한다고 답한 학생이 무응답을 제외한 전체 5125명중 60.6%, 마시지 않는다고 답한 학생이 39.3%로 나타났다. 학년별로 살펴보면 학년이 올라갈수록, 또한 여학생이 현재 우유를 매일 마시는 비율이 유의하게 낮은 것으로 나타났다. 따라서 초등학교 시기는 급속한 성장 발달기에 속하고 이 시기에 단백질 및 칼슘 공급은 중요하므로 급식 등 여러방법으로 전 학생이 우유를 섭취할 수 있는 방안을 검토해야 할 것으로 사료된다.

평소에 음식을 편식한다고 답한 학생이 무응답을 제외한 전체 5108명 중 44.6%, 편식하지 않는다고 응답한 학생이 55.4%로 나타났다. 학년별 편식에 대한 차이는 유의하지 않았으며, 성별 편식에 대한 차이는 남학생이 편식하는 비율이 다소 높게 나타났으나, 성별 차이 또한 통계적으로 유의하지 않았다). 따라서 편식비율이 거의 과반수를 차지하고 있는 심각한 실정이므로 모든 학생들을 대상으로 올바른 식습관을 형성할 수 있는 방안을 학생, 학부모, 교사, 영양사, 양호교사가 함께 토의하여 교육 및 감시를 통하여 식습관을 교정해야 할 필요가 있다.

평소에 간식을 먹는 빈도에 대해서는 무응답을 제외한 전체 5111명에서 1주일에 세번 정도 먹는다가 37.6%로 가장 높은 빈도를 보였고, 매일 먹는다가 29.5%, 1주일에 한번 정도가 15.6%, 2주일에 한번 정도가 4.7%, 한달에 한번 정도가 3.2%, 전혀 먹지 않는다가 9.4% 순으로 나타났다. 학년이 올라갈수록, 여학생이 간식을 먹는 정도가 유의하게 높았으며, 성별로 살펴 보면 남여 모두 1주일에 3번 이상 먹는 경우가 가장 높았다.

물을 항상 끓여서 먹는가에 대하여 그렇다고 응답한 학생이 무응답을 제외한 전체 4903명 중 74.8%, 끓여 먹지 않는다고 답한 학생이 25.1%로 나타났다. 학년별로 보면 5학년이 물을 끓여 먹는 비율이 가장 높은 것으로 나타났으나 유의하지 않았으며,

여학생이 물을 끓여 먹는 비율이 높은 것으로 나타났다으며 이러한 차이는 통계적으로 유의하였다.

이러한 도시 초등학생들의 식사관련행위를 정과 문(1996)의 완주지역의 초등학생들에 관한 연구결과와 비교하여 볼 때, 아침식사, 영양제 복용, 우유 섭취, 간식빈도와 끓인 물 섭취율에서 도시의 학생들이 매우 유의하게 높게 나타나 도시학생들의 식사 관련 행위 실천율이 더 높음을 알 수 있었다.

2. 사고예방 관련 행위와 흡연

사고예방 관련 행위로는 자동차 승차시 안전벨트의 착용여부에 대하여 조사하였으며, 안전벨트의 착용빈도는 무응답을 제외한 5041명 중 가끔 맨다가 35.9%로 가장 많고, 전혀 매지 않는다는 경우도 21.6%로 나타났다. 항상 착용하는 비율이 20.7%였으며 학년별, 성별 추이는 학년이 올라갈수록, 여학생일수록 안전벨트 착용률이 감소하였으며, 이 차이는 통계적으로 유의하였다<표4 참조>.

또한 이러한 결과는 정과 문(1996)의 농촌학생들의 항상 착용하는 비율13.4%보다 월등하게 높았으나 두지역 모두 항상 착용율이 20% 미만이라는 매우 적은 인원만이 안전벨트를 착용하고 있어 교통사고 안전관리를 위한 안전벨트 착용의 습관화 교육이 시급하며, 학생 뿐 아니라 학부모에게도 동시에 실시해야 한다.

학생들의 흡연행위로는 현재의 흡연상태를 질문하였다. 무응답을 제외한 4959명 중 한번도 피운적 없음이 97.1%로 월등히 높게 나타났다. 그러나 아주 가끔 피우는 경우가 1.7%, 가끔 피우는 경우 0.5%, 주 1회 이상 피우는 경우도 0.6%로 나타났다.

학년별로 살펴보면 담배를 한번이라도 편적이 있는 경우에서 4학년이 가장 높은 빈도를 보여주고 있으며, 실제로 주 1회 이상 흡연하는 비율은 남학생이, 4학년이 가장 높으며(1.2%), 정과 문(1996)의 농촌학생들의 결과에서도 같은 성별, 학년별 추이를 나타내고 있으며 전체적으로 주 1회 이상 흡연율이 1.3%나 되었으며 두 지역 모두 학년별 차이는 통계적으로 유의하였다 <표4 참조>.

그러나 자료에 대한 타당도는 아주 가끔, 가끔, 일주일에 한번 이상 흡연한다고 응답한 학생들의 다른 관련 특성들을 비교분석하여 확인할 필요가 있다고 보나 실제로 저학년일수록, 농촌지역에서, 남학생에서 흡연율이 높게 나타나 초등학교에서도 특히 저학년부터 금연교육 프로그램의 계획 및 실사가 시급히 요구 되었다.

3. 개인위생 관련행위

개인위생 관련행위에서는 식사전 손 씻기, 화장실 사용후 손씻기, 귀가후 손씻기, 취침전 양치질 여부, 양치질의 빈도, 목욕 횟수 등의 6가지 사항을 조사하여 분석하였다.

학생들에게 밥먹기 전에 항상 손을 씻는가라는 질문에 대하여 그렇다고 답한 학생이 무응답을 제외한 전체 5129명 중 78.9%, 씻지 않는다고 답한 학생이 21.1%로 나타났다. 학년별로 살펴 보면 5학년이, 성별은 여학생이 밥먹기 전에 손을 씻는 비율이 높게 나타났으며, 학년별, 성별 차이는 통계적으로 유의하였다<표3 참조>.

화장실 사용후 항상 손을 씻는다고 응답한 학생이 무응답을 제외한 전체 5129명 중 85.1%, 씻지 않는다고 응답한 학생이 14.9%로 나타났다. 학년별로 살펴 보면 학년이 올라갈수록, 성별로는 여학생이 화장실 사용 후 손을 씻는 비율이 높게 나타났고, 통계적으로 유의하게 차이가 났다<표3 참조>.

학생들이 외출에서 돌아온 후 항상 손을 씻는가라는 질문에 대하여 그렇다고 응답한 학생이 무응답을 제외한 전체 5127명 중 74.9%, 씻지 않는다고 응답한 학생이 25.1%로 나타났다. 학년별의 경우 5학년이 성별로는 여학생이 손을 씻는 비율이 높은 것으로 나타났으며, 이 차이는 통계적으로 유의하였다<표3 참조>.

학생들의 양치질에 관한 습관은 취침전에 항상 양치질을 한다고 응답한 학생이 무응답을 제외한 전체 5113명 중 74.8%, 그렇지 않다고 응답한 학생이 25.1%로 나타났다. 학년별로 살펴보면 5학년이 저녁식사 후에 항상 양치질을 하는 비율이 가장 높은 것으로 나타났으나, 유의하지 않았으며, 성별로 살펴

보면 여학생이 저녁식사후 양치질을 하는 비율이 높은 것으로 나타났으며, 이는 통계적으로 유의하였다<표3 참조>.

학생들에게 하루 중 양치질의 횟수를 조사하였는데 무응답을 제외한 전체 5082명 중 하루에 한번 이상 83.8%, 하루에 한번 정도 12.6%, 일주일에 한번 이상 2.6%로 가장 적었고, 다음으로 1주일에 한번 미만이 0.7% 순으로 나타났다. 학년별 차이는 학년이 올라갈수록, 여학생이 양치질을 많이 하고 있으며 통계적으로 유의한 차이가 나타났다<표3 참조>.

목욕하는 빈도에 대하여 무응답을 제외한 전체 5077명 중 3-4일에 한번이 43.7%로 가장 많았으며, 다음으로 1주일에 한번이 38.7%, 매일하는 경우가 14.1%, 2주일에 한번이 3.5%순으로 나타났다. 학년별 목욕빈도는 차이가 없었으며, 성별로 보면 여학생이 목욕빈도가 잦은 것으로 나타났으며 통계적으로도 유의하였다<표3 참조>.

이러한 도시 초등학생들의 개인위생 관련행위를 정과 문(1996)의 완주지역의 초등학생들에 관한 연구결과와 비교하여 볼 때, 귀가후 손씻기, 취침전 양치질, 양치질 빈도, 목욕빈도에서 전체 응답자 중 64.1, 60.7, 90.8, 38.2%로 나타나 본 연구의 대상자들인 도시의 학생들의 개인위생습관 실천율이 월등히 높았으며 식사전, 화장실 사용후 손씻기에서는 차이가 없었다. 그러나 귀가후 손씻기, 취침전 양치질, 목욕 등에 대한 개인위생교육을 강화하며 특히 남학생과 농촌지역의 대상일 경우는 재교육을 할 필요가 있다고 본다. 또한 수시로 온수사용이 가능한 샤워실, 충분한 수량의 수도전 등 개인위생이 지켜질 수 있는 시설을 마련해야 할 것이다.

4. 시력관리 행위

시력관리 행위로는 독서시 책과 눈과의 거리, TV 시청시간을 조사하였으며 책을 읽을 때 눈 가까이 가져가는가에 대하여 그렇다고 답한 학생이 무응답을 제외한 전체 5090명 중 31.9%나 되며, 모른다고 답한 학생이 68.1%로 나타나 시력관리에 관한 무관심을 나타냈다.

<표 3> 성별·학년별 개인위생 관련행위

문항	계		성		학년			p값
	실수	백분율	남	여	4학년	5학년	6학년	
식사전 손 씻기				0.000				0.001
예	4045	78.9	2065(76.1)	1980(82.0)	1352(76.1)	1324(81.1)	1369(79.9)	
소계	5129	100.0	2713(100.)	2416(100.)	1777(100.)	1633(100.)	1719(100.)	
화장실 사용후 손씻기				0.000				0.000
예	4364	85.1	2214(81.7)	2150(88.9)	1401(78.8)	1436(88.0)	1527(88.9)	
소계	5129	100.0	2711(100.)	2418(100.)	1799(100.)	1632(100.)	1718(100.)	
귀가후 손씻기				0.000				0.005
예	3840	74.9	1934(71.4)	1906(78.8)	1292(72.7)	1265(77.5)	1283(74.8)	
소계	5127	100.0	2709(100.)	2418(100.)	1778(100.)	1633(100.)	1716(100.)	
취침전 양치질				0.000				0.056
예	3828	74.9	1913(70.9)	1915(79.4)	1301(73.4)	1251(76.9)	1276(74.5)	
소계	5113	100.0	2700(100.)	2413(100.)	1773(100.)	1627(100.)	1713(100.)	
양치질 빈도				0.000				0.000
1일 1회이상	4900	96.4	2556(95.1)	2344(97.9)	1663(94.8)	1582(97.4)	1664(97.2)	
소계	5082	100.0	2688(100.)	2394(100.)	1746(100.)	1625(100.)	1711(100.)	
목욕 빈도				0.000				0.361
매일	2935	47.8	1434(53.1)	1511(63.0)	878(50.2)	1011(62.4)	1046(61.3)	
소계	5077	100.0	2680(100.)	2397(100.)	1750(100.)	1620(100.)	1707(100.)	

* 무응답을 제외한 전수

학년이 높아질수록 책을 눈 가까이 가져가는 비율이 높은 것으로 나타났으며, 이 차이는 통계적으로 유의하였으며, 성별로는 남학생이 책을 눈 가까이 가져가는 비율이 다소 높은 것으로 나타났으나 통계적으로 유의하지 않았다<표 4 참조>.

TV시청시간은 전체적으로 1시간정도 또는 그 이하가 44.4%, 2시간이 27.8%, 3시간 이상이 27.7%로 학생들이 장시간 TV를 시청하고 있음이 드러났으며, 정과 문(1996)의 연구 결과와 차이 없었으며 따라서 두 지역 모두 학생들이 많은 시간을 TV시청으로 보내고 있었다.

이러한 결과는 정(1993)의 연구결과와 일반적 추이가 일치하며 이(1996)의 논문에서는 1년간 학생들의 시력이 현저히 저하되고 있어, 따라서 학년이

올라갈수록 시력이 저하되며 그중 독서거리 및 TV 시청거리를 확보하는 것이 시력에 영향함을 보이고 있다.

따라서 독서 및 TV시청시의 올바른 시력관리에 대하여 특히 저학년학생들의 교육강화와 가정에서 다른 가족원들로 하여금 학생들이 올바른 시력관리를 할 수 있도록 충고와 감시는 물론 학교에서는 가정에 통신해주어 시력이 악화되기 전에 올바른 시력관리의 습관화가 이루어지도록 해야 할 것으로 사려된다.

5. 운동관련 행위

학생들의 운동에 관련된 특성을 알아보기 위해 한

주간 동안의 교내 및 교외의 운동량을 분석하였다.

1주일 동안 학교에서 숨이 차거나 땀이 날 정도의 놀이나 운동을 하는 시간에 대하여 무응답을 제외한 전체 5087명 중 한 시간 정도가 48.7%로 가장 많았으며, 그 다음으로는 운동을 전혀하지 않는 경우도 22.7%로 매우 높게 나타나 학생들의 운동부족을 실감할 수 있으며, 다음으로 2-3시간이 19.5%, 4-6시간이 5.6%, 7시간 이상은 3.4% 순으로 나타

났다.

전반적으로 학년이 높아짐에 따라, 성별에 따라서는 남학생이 운동을 하는 시간이 증가하는 것으로 나타났으며 이 차이는 통계적으로 유의하게 차이가 났다<표 4 참조>.

1주일 동안 학교밖에서 숨이 차거나 땀이 날 정도의 놀이나 운동을 하는 시간에 대하여 무응답을 제외한 전체 5089명 중 한시간 정도가 44.8%으로 가

<표 4> 각 건강행위의 학년별 성별 추이

항 목	학년별	성 별
1. 식사관련 행위		
아침식사	* 고학년에서 아침식사를 거르는 비율이 높다.	* 여학생이 아침식사를 거르는 비율이 높다.
1일 3회식사	* 고학년에서 하루 3회 식사를 거르는 비율이 높다.	* 여학생이 1일 3회 식사를 거르는 비율이 높다.
영양제 복용	* 고학년에서 영양제 복용이 낮다.	- 성별차이가 없다.
우유섭취	* 고학년에서 우유섭취 비율이 낮다.	* 여학생의 우유섭취 비율이 낮다.
간식 빈도	* 고학년에서 간식섭취가 많다.	* 여학생의 간식빈도가 많다.
끓인 물 섭취	- 학년별 차이가 없다.	* 남학생의 끓인 물섭취 비율이 낮다.
2. 안전벨트 착용	* 고학년에서 안전벨트착용이 낮다.	* 여학생에서 안전벨트착용이 낮다.
3. 현재 흡연상태	* 저학년에서 흡연비율이 높다.	* 남학생에서 흡연비율이 높다.
4. 개인위생관련 행위		
식사전 손 씻기	* 저학년에서 식사전 손씻는 비율이 낮다.	* 남학생에서 식사전 손씻는 비율이 낮다.
화장실 사용후	* 저학년에서 화장실 사용후 손씻기 비율이 낮다.	* 남학생에서 화장실 사용후 손씻기 비율이 낮다.
귀가후 손씻기	* 저학년에서 귀가후 손씻기 비율이 낮다.	* 남학생에서 귀가후 손씻기 비율이 낮다.
취침전 양치질	- 학년별 차이가 없다.	* 남학생의 취침전 양치질 비율이 낮다.
양치질 빈도	* 저학년에서 양치질 빈도가 낮다.	* 남학생의 양치질 빈도가 낮다.
목욕 빈도	- 학년별 차이가 없다.	* 남학생의 목욕빈도가 낮다.
5. 시력관리 행위		
독서거리 확보	* 저학년에서 독서시 책을 가까이 가져가는 비율이 높다.	- 성별차이가 없다.
6. 운동관련 행위		
교내운동시간	* 저학년에서 교내운동시간이 적다.	* 여학생의 교내운동 시간이 적다.
교외운동시간	* 저학년에서 교외운동시간이 적다.	* 여학생의 교외운동 시간이 적다.
7. 환경관련행위		
가정내 쓰레기 분리수거	- 학년별 차이가 없다.	* 남학생의 가정내 쓰레기 분리수거율이 낮다.
교내 쓰레기 분리수거	- 학년별 차이가 없다.	* 남학생의 교내 쓰레기 분리수거율이 낮다.

* 표는 학년별이나 성별로 유의 수준 0.05에서 유의한 차이가 있는 결과이다.

장 많았으며, 다음으로 2-3시간이 25.1%, 운동을 전혀 하지 않는 경우도 17.7%나 되었으며, 4-6시간이 7.5%, 7시간 이상이 4.9% 순으로 나타났다.

학년에 따른 한주간 동안의 교외 운동시간은 학년이 올라갈수록 증가하였고 통계적으로 유의하며, 성별에 따른 교외 운동시간 또한 남학생이 현저하게 많았으며 통계적으로도 유의하였다<표4 참조>.

이러한 도시 초등학교생들의 운동 관련행위를 정과문(1996)의 완주지역의 초등학교생들에 관한 연구결과와 비교하여 볼 때, 농촌지역의 학생들이 교내외 운동시간이 현저히 높게 나타나 도시 학생들의 운동 부족이 더욱 심각하다는 것을 알 수 있었다.

6. 환경관련 행위

환경과 관련된 항목으로 집과 학교에서의 쓰레기 분리수거 여부를 구분하여 조사하였다.

먼저 집에서 쓰레기 분리수거를 하는가에 대하여 무응답을 제외한 5099명 중 분리수거를 한다고 응답한 학생이 84.6%, 하지 않는다고 응답한 학생이 15.4%로 나타났다. 학년별로 보면 5학년이 분리수거 한다는 비율이 가장 높았으나 통계적으로 유의하지 않았다. 성별로 보면 여학생이 분리수거 한다는 비율이 통계적으로 유의하게 높았다<표4 참조>.

학교에서 쓰레기 분리수거를 하는가에 대해서는 무응답을 제외한 5027명 중 분리수거를 한다고 응답한 사람이 64.1%, 하지 않는다고 응답한 사람이 35.9%로 나타났다. 학년별로 보면 6학년이 분리수거 한다는 비율이 가장 높았으나 통계적으로는 유의하지 않았으며, 여학생이 남학생보다 분리수거 한다는 비율이 높았으며 통계적으로 유의하였다<표4 참조>.

정과 문(1996)의 완주지역의 초등학교생들에 관한 연구결과와 비교하여 볼 때, 완주지역의 쓰레기 분리수거율은 가정과 학교에서 54.8%, 56.6%로 나타나 본 연구의 84.6%, 64.1%보다 현저하게 낮음을 알 수 있으며, 대체적으로 여학생의 분리수거율이 높았다. 따라서 가정과 학교 모두에서 쓰레기 분리수거가 습관화될 수 있는 제도적 장치를 연구하고 특히 농촌지역학생들의 분리수거 교육의 강화 및 이

와 관련한 환경보존에 대한 교육도 강화해야 할 것으로 보인다.

IV. 결론 및 제언

서울 근로지역에 있는 일도시지역의 5개 초등학교 학생 중 4, 5, 6학년인 총 5,166 명을 대상으로 다음과 같은 7개 영역의 건강행위를 조사하였다.

1. 식사관련 행위
2. 사고예방관련 행위
3. 흡연
4. 건강위생관련 행위
5. 시력관리 행위
6. 운동관련 행위
7. 환경관련 행위

식사관련행위에서는 아침식사, 1일 3회식사, 우유 섭취율, 간식빈도 등 끊임물 섭취를 제외한 모든 항목에서 고학년이 유의하게 건강행위를 이행하지 않고 있으며 남녀학생의 식사관련 건강행위차이는 아침식사, 1일 3회식사, 우유섭취율에서 여학생이 유의하게 낮았으며 유독 끊임물 섭취비율만이 남학생이 낮았다.

다음의 사고예방관련 행위의 실천율인 안전벨트 착용율은 고학년과 여학생이 유의하게 낮게 나왔으며 현재의 흡연비율은 저학년과 남학생에서 유의하게 높은 비율을 보였다.

개인위생관련 행위에서는 학년별로 보면 목욕빈도를 제외한 나머지 항목 즉 식사전 손씻기, 화장실 사용후 손씻기, 귀가후 손씻기, 취침전 양치질, 양치질 빈도에서 저학년의 실천율이 유의하게 낮았으며 성별차이는 보이지 않았다.

운동관련행위로 저학년과 여학생에서 교내외 운동시간이 유의하게 적었으며 환경관련행위로 쓰레기 분리수거율은 학년별 차이가 없는 반면 남학생의 교내·가정내 쓰레기 분리수거율이 낮게 나타났다.

위의 건강행위들을 학년별, 성별로 분류하여 문제점 중심으로 분석한 결과 대체적으로 학년이 올라갈수록 건강에 해로운 식습관과 사고 위험이 높은 행위를 하고 있으며, 이와는 상이하게 개인위생관련

행위는 올바르게 형성되어가고 있었으며 교내외의 운동시간도 늘고 있었다.

또한 여학생보다 남학생이 개인위생관련행위가 적은데 반해 교내외의 운동량은 더 많은 것으로 밝혀졌으며 특히 쓰레기 분리수거 실천율에 있어서도 여학생보다 현저히 낮았다. 반면에 여학생은 식사관련행위 및 사고예방관련행위의 실천율이 현저히 낮았음을 볼 수 있었다. 건강행위별 자세한 내용은 다음과 같이 요약할 수 있다.

본 연구의 결과를 통해 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

1. 본 연구에 포함된 건강행위 수행과 관련된 학생들의 특성을 파악하여 건강행위 변화를 위한 사업시 고려할 수 있을 것이다.

2. 학년과 성별에 따라 유의하게 차이가 나는 건강행위들을 고려하여 학생들을 대상으로 한 학교보건교육계획이 필요하다.

3. 연구대상학교는 본 연구결과를 토대로 하여 건강행위를 개선할 수 있는 세부적인 학교건강증진 프로그램의 개발이 필요하다.

참고문헌

강귀애(1992), 국민학교 6학년 학생들의 건강증진 행위에 관련된 요인. 이화여자대학교 석사학위논문

기경숙(1986), 중학교 남학생들의 건강관리 실천과 이에 영향을 미치는 요인 조사연구. 연세대학교 보건대학원 석사학위논문

김학순(1993), 남녀 고등학생들의 건강에 대한 연구 -일부 청소년들의 건강상태와 건강행위를 중심으로-. 한국학교보건학회지 6(2):89-100

신관호(1971), 개인위생의 지식 및 실천에 관한 조사연구. 공중보건학회지 8(2):294-305

이규영(1996), 초등학생의 1년간 시력변화와 관련된 요인 분석. 연세대학교 보건대학원 석사학위논문

정영숙(1993), 국민학교 학생의 시력관리 지식 및 실천과 시력장애에 관한 조사연구 -3, 4, 5, 6 학년을 중심으로 -. 한국학교보건학회지 6(1)

조원정(1988), 건강행위에 대한 실증적 연구. 연세대학교 간호대학

Aaro, L.E., Kannas, L. & Rimpela, M.(1986), Health behavior in schoolchildren a WHO cross-national survey. A presentation of philosophy, methods and selected results of the first survey. Health Promotion 1(1): 17-33

Calnins I.V., Hart C., Ballantyne P., Quartaro G., Love R. & Sturis G.(1994), School-based community development as a health promotion strategy for children. Health promotion International 9(4):269-79

Nutbeam, D., Aaro, L. & Wold, B.(1991), The lifestyle concept and health education with young people-Results from a WHO international survey-. Wld hlth statist. quart 44:55-60

Rose-Colley M., Eddy J.M. & Cinelli B.(1989), A study of school health promotion programs. implications for planning. Health Values. Achieving High Level Wellness. 13(6):21-30

Research Protocol for the 1993-94 study. (1994), Health Behavior in School-Aged Children-A WHO Cross National Survey (HBSC). Research Center for Health Promotion, University of Bergen.

= ABSTRACT =

Analysis on Health Behavior of Elementary Students from an Urban Area

Chung Yul Lee, Il Young Yoo, Mee Young Im
(College of Nursing, Yonsei University)

This study was done to analyze the health behavior of 5,166 elementary students from a urban city. They were students in grades 4, 5 and 6 attending five elementary schools which were selected from a city close to the capital city of Seoul.

Health behaviors were measured using a questionnaire which was developed by WHO and was used by European countries. The data was managed and analysed using DBASE and SAS computer programs.

The results of this study were as follows:

1. Eating behavior

- Having Breakfast : Male students who were older had a higher number reporting having no breakfast($p < .05$)
- Taking Supplements : Older students had a higher number reporting taking nutrition supplements($p < .05$)
- Drinking milk : Female students had a lower number reporting drinking milk ($p < .05$).
- Taking snacks : Female students who were older had a higher number reporting taking snacks($p < .05$).
- Drinking boiled water : Male students had a lower number reporting drinking boiled water($p < .05$).

2. Using seat belt : Female students who were older had a lower number reporting using seat belt($p < .05$).

3. Smoking : Male students who were younger had a higher number reporting experience with smoking($p < .05$).

4. Personal hygiene

- Washing hands before meals : Male students who were younger had a lower number reporting washing hands before meals($p < .05$).
- Brushing teeth : Male students had a lower number reporting brushing teeth($p < .05$).

5. Reading distance : Younger students had a higher number reporting near reading distance($p < .05$).

6. Exercise : Female students who were younger reported less exercise($p < .05$).

7. Sewage Managing : Male students had a lower number reporting separating of garbage according to recyclability($p < .05$).