

## 울산시민의 건강실천을 위한 식생활 행태

신애숙 · 김광기\*

양산대학 호텔조리과 · 인제대학교 보건대학원\*  
(1999년 11월 26일 접수)

### Dietary Behaviors of Adults for Health in Ulsan City

Ae-Sook Shin and Kwang-Kee Kim\*

Dept. of Hotel Culinary Arts, Yangsan College  
Graduate School of Public Health at Seoul, Inje Univ.\*  
(Received November 26, 1999)

#### Abstract

This paper is an effort to describe dietary behaviors to keep them healthy among adults. A probability sample was drawn from residents aged between 15 and 60 living in Ulsan City area through a multi-staged cluster sampling method. The data collected by face-to-face interview includes 1,232 respondents. Both univariate and bivariate analyses were employed to describe the dietary behaviors. The dietary behaviors in this study includes preference of taking fat-part of meat, fried food, salty food, hot-taste food, drinking coffee and milk, and taking supplementary medicine.

About half of the respondents reported to take fat removed when eating meat, and more than 68% of them preferred not to take any kinds of fried food. With respect to preference of salty and hot-taste food, 39.6% of the respondents take medium-salty and 39.4% do hot-taste food. A third of the respondents drink two-four cups of coffee a day. Those who reported not to drink milk at all were prevalent(37.4% of the respondents) than expected. However, less than 20% of the respondents reported to have any kinds of supplementary health food in a year. These dietary behaviors were examined by sociodemographic characteristics for bivariate analyses.

**Key words:** Dietary behaviors, Ulsan, supplementary medicine, taking fat-part of meat

#### I. 서론

현대인이 추구하는 삶의 질(quality of life)은 포괄적인 개념이라 정의하기가 쉽지 않지만, 경제적 기회, 건강을 위한 설비, 건강에 유익한 환경, 리크리에이션 및 문화적 환경 그리고 낮은 범죄 등이 삶의 질 개념에 포함된다고 Lawer<sup>1)</sup>는 주장한다. 그런데 질 높은 삶의 가장 기본적 요건은 건강이다. 경제활동, 문화활동 등의 사회활동도 건강을 바탕으로 하여 가능한 것이다. 그리고 건강을 결정하는 중요한 요건 중의 하나가 바람직한 식습관이다. 특히 현대인들은 세균성 질환에 의하여 건강을 잃기보다는 만성질환으로 건강을 잃는

경우가 많으며, 그 만성질환의 주된 원인 중의 하나가 적절하지 못한 식습관이다. 다시말해 영양과잉, 불규칙적인 식사, 동물성 지방의 과다 섭취, 맵고 짠 자극적인 음식의 과잉섭취 등 잘못된 식생활에서 연유하는 성인병이 국민보건상 주요 문제점으로 대두되고 있다<sup>2), 3)</sup>. 또한 20세이상의 서울 경기지역 거주자들은 건강유지에 가장 중요한 것으로 식습관을 첫째로 꼽았고 질병 발생과 식습관이 매우 밀접한 관계가 있다고 인식하는 보고<sup>4)</sup>도 있었다. 이에 현대인으로 하여금 건강유지에 적절한 식습관을 유지케 하는 것이야말로 삶의 질을 추구하는 현대인에게 필요하다.

현대인에게 적절한 식습관을 유지케하기 위해서는

현대인의 식습관에 대한 정보가 필요하다. 식습관은 일단 형성된 후에는 재조정이 어려우며<sup>5)</sup>, 식습관에 대한 정확한 정보를 바탕으로 효과적이고 적절한 식습관 지도 및 더 나아가 건강지도 프로그램을 작성 실천할 수 있는 것이다<sup>6), 7)</sup>. 특히 식습관은 하나의 문화현상으로, 생활양식이 각 지역에 따라 다르듯, 식습관 또한 지역사회마다 다르게 나타난다. 따라서 식습관 및 건강지도를 위한 식습관 조사, 그리고 식습관 지도프로그램 제작 및 실천 또한 지역사회의 사회인구학적 특성에 따라 수행하는 것이 적절하다.

이에 본 연구는 울산시민의 건강실천을 위한 기초 연구의 일환으로 울산시 주민들의 식습관 중 식사의 규칙성, 끼니에 관한 것과 매식빈도 및 장소 등의 평소 식생활을 조사연구한 전편에 이어 건강과 관련하여 실천할 수 있는 육류의 지방부분과 튀김류 음식 및 가공식품 섭취와 음식 맛의 선호정도, 커피, 우유 음용정도, 건강보조식품 이용빈도 등을 조사하였다.

## II. 조사내용 및 방법

### 1. 조사대상 및 기간

신 등<sup>8)</sup>의 연구에 이어 울산시에 거주하는 주민들의 건강실천을 위한 식생활 행태를 조사한 것이다. 울산시 전역에 걸쳐 다단계 집락표본추출법에 의해 선정된 1,232가구에 대하여 설문지를 사용한 가구방문 면접조사 방식으로 자료를 수집하였다. 선정된 가구의 15세~69세의 가구원 중 가장 생일이 빠른 가구원(연장자)을 면접대상으로 하였다.

조사기간은 1998년 1월 14일부터 1월 24일까지 11일간이었으며, 면접훈련을 받은 대학생들이 선정된 가구를 방문하여 면접 설문조사를 실시하였다.

### 2. 조사방법

다단계 집락표본추출에 사용한 제1차 표본틀(primary sampling frame)은 1998년 1월 현재 울산시 각동의 통별 주민등록 가구수로 하였다. 단순무작위 표본추출법에 의해 선정된 통별 가구를 제2차 표본틀(secondary sampling frame)로 하여 집락표본 추출법에 의해 선정된 반의 전체가구를 대상으로 면접대상으로 정한 후 울산시 인구의 각 구별 분포를 고려하여 면접대상의 가구수를 다소 조정하였다<sup>9)</sup>. 조사에 사용한 설문지는 한국보건사회연구원의 <한국인의 보건 의식 행태><sup>10)</sup>에서 사용한 설문을 사용하였다.

### 3. 조사내용

본 연구는 울산시 지역 의료 보건계획을 위한 연구 중의 일부를 분석한 것으로서 울산시민들이 건강과 관련하여 평소에 실천하는 식생활 행동을 조사한 항목 중 육류의 지방부분 제거정도, 튀김류 음식과 가공식품 섭취 여부, 찌음식과 매운 음식 선호정도, 커피 및 우유 음용정도, 건강보조식품 이용여부와 빈도 등을 분석하였다.

### 4. 자료분석

조사한 자료는 Spsswin<sup>11)</sup>을 이용한 기술통계적 방법으로 분석하였으며, 두 변수간의 관계는  $\chi^2$ -test로 통계적 유의성을 검증하였고 변수간의 관련성 정도를 측정하려고 하였다. 두 변수 모두 명목변수일 경우에는  $\lambda$ (lambda)를, 순위변수일 경우에는 Kendall's tau-c를 사용하였다.

## III. 결과 및 고찰

### 1. 조사 대상자들의 사회인구학적 특성

조사대상자의 사회인구학적 특성은 <Table 1>과 같다.

전체 조사 대상자중 남자가 47.4%이고, 여자가 52.6%로 여자가 약간 많은 편이었으며, 연령별로는 30대가 39.4%로 가장 많은 비율을 차지하였고, 교육정도별로는 고졸자가 50.5%, 전문대졸 이상자가 20.0%로 전체 70% 이상이 고졸이상의 교육을 받은 것으로 나타났다. 그리고 유배우자가 76.8%이었고, 월간가구소득은 101~150만원이 36.1%, 151~200만원이 21.5%로, 101~200만원의 월소득자가 57.8%로 과반수를 차지하고 있었다.

### 2. 육류섭취시 지방부분의 제거 행태

울산시민들이 육류를 섭취할 때 지방부분을 제거하는 행위는 <Table 2>에서 나타난 바와 같다.

고기의 지방부분 등 동물성 지방의 과잉섭취는 혈중 cholesterol을 상승시키고 동맥경화의 유발요인이 된다<sup>12), 13)</sup>. 이러한 맥락에서 볼 때, 울산시민들이 건강을 염두에 두고 육류를 섭취할 때 지방부분을 제거하는 정도를 살펴보면, 변수별 약간의 차이는 있으나 상관없고 먹는다가 44.7%로 가장 비율이 높으며, 대충 제

<Table 1> Sociodemographic characteristics of the respondents

Variables		N	%
Gender	Male	584	47.4
	Female	648	52.6
Age (year)	under 20	76	6.2
	20~29	194	15.7
	30~39	486	39.4
	40~49	236	19.2
	50~59	115	9.3
	60 over	125	10.1
Educational level	None	66	5.4
	Elementary school	122	9.9
	Middle school	176	14.3
	High school	622	50.5
	College and above	246	20.0
Marital status	Single	193	15.7
	Married	946	76.8
	Other(separated, divorced)	93	7.5
	Total	1232	100.0
Monthly family income (unit: ten thousands won)	under 50	115	9.4
	51~100	186	15.2
	101~150	442	36.1
	151~200	264	21.5
	201~250	140	11.4
	251 over	78	6.4
	Total	1225	100.0

거하고 먹는다가 39.3%로 나타났다. 이는 성별, 연령별, 결혼유무별, 월간 가구소득별로 유의적인 차이가 있지만( $p < 0.01$ ) 관련성은 매우 약하였다( $0 < \lambda < 0.215$ ,  $0 < \tau\text{-}c < 0.015$ ). 성별로는 상관하지 않고 먹는다는 비율이 남자가 여자에 비해 2배나 높았으며, 대충 또는 거의 다 제거하고 먹는다는 비율 또한 상대적으로 남자에 비해 여자가 훨씬 높았다. 연령별로는 연령이 높을수록 상관 않고 먹는다는 비율이 높고, 대충 또는 거의 다 제거하고 먹는다는 비율은 연령이 높을수록 낮아지고 있었다. 그러므로 연령이 많아질수록 동맥경화, 고혈압 등의 성인병 발병률이 높은 것을 감안한다면 식이요법에 대한 지도가 필요하리라 생각된다. 교육정도별로는 유의적인 차이는 없었으나 대충 지방을 제거하거나 거의 다 제거하고 먹는 비율은 학력이 높을수록 그 비율이 약간 높아졌다. 결혼유무별로는 상관하지 않고 먹는다는 비율은 미혼자가 높았으며, 대충 또는 거의 다 지방을 제거하고 먹는다는 비율은 사별 또는 이혼자가 높게 나타났다. 월간 가구소득별로는 대체로 상관하지 않고 먹는다는 비율이 101-150만원 이하의 소득자가

높게 나타났으며, 대충 또는 거의 다 제거하고 먹는다는 비율은 대체로 소득이 높을수록 그 비율이 높게 나타났다. 이는 서울지역 주부들을 대상으로 조사한 오 등<sup>14)</sup>의 결과와 비교하여 보면 대체로 교육수준과 생활수준의 자각정도에 따라 동물성 식품의 섭취를 고려하는 것으로 나타나 본 연구 결과와 일치하였다.

### 3. 튀김류 및 가공식품 선호 여부

울산시민들이 건강을 염두에 두고 튀김 등의 기름을 많이 이용한 음식이나 가공식품 섭취 여부에 대한 결과는 <Table 3>과 같다.

칼로리 제한은 대사조절 기구로서 작용하여 노화과정을 지연하고 생리적 기능의 퇴화를 방지할 뿐만 아니라 면역체계를 활성화함으로써 노화관련 질병의 발병을 지연하기 때문에 수명을 연장할 수 있다<sup>15)</sup>고 판단하여 울산시 주민들이 고열량 음식인 튀김류의 선호여부를 살펴보면, 선호한다는 비율보다 선호하지 않는다는 비율이 68.1%로 훨씬 높았고, 이는 연령별( $p < 0.001$ ,  $\tau\text{-}c = 0.143$ ), 교육정도별( $p < 0.001$ ,  $\tau\text{-}c = 0.072$ ), 결혼유무별( $p < 0.001$ ,  $\lambda = 0.000$ ), 월간 가구소득별( $p < 0.01$ ,  $\tau\text{-}c = 0.076$ )에 따라 유의적인 차이가 있었으나 그 관련성은 약한 편이었다. 남 녀간에는 모두 비슷하여 선호하지 않는 비율이 높았으며, 연령별로는 연령이 낮을수록 튀김류 음식을 선호하였고, 교육정도별로는 중학교 이상의 학력을 가진 사람이 튀김류 음식을 선호하고 있었으며, 결혼유무별로는 유배우자나 사별, 이혼자보다 미혼자가 튀김류 음식을 선호하였다. 이는 연령과도 관계되는 것으로 젊은 층이 튀김류 음식을 좋아하는 것으로 나타났다. 월간 가구소득별로는 대체로 가구소득이 높을수록 튀김류 음식을 선호하고 있었다.

자연에서 얻어지는 식품재료를 이용, 가공 생산하는 가공식품은 인간이 섭취하는 식품의 한 형태인데 이러한 과정에서 유해한 식품첨가물, 화학합성품과 조미료 등을 첨가하게 된다<sup>16)</sup>. 그러므로 건강을 해칠 수 있는 가공식품의 선호 여부를 알아본 결과 가공식품을 선호하지 않는다는 비율이 75.0%로 선호하는 비율보다 3배나 더 높았으며 이는 성별, 연령별, 교육정도별, 결혼유무별, 월간 가구소득별로 그 관련성은 약하나( $0 < \lambda < 0.026$ ,  $0 < \tau\text{-}c < 0.227$ ) 유의적인 차이가 있었다( $p < 0.01$ ). 이는 가공식품이 '편리하다'는 인식은 많으나 이용도가 낮은 편이라는 김<sup>17)</sup>의 연구와 일치하였다. 성별로는 여자보다 남자가 가공식품을 선호하는 비율이 상대적으로 약간 높았고, 연령별로는 연령이 낮을수록 가공식품을 선호하는 비율이 높아 차이가 많았으며, 교

&lt;Table 2&gt; Preference of taking off fat-part of meat by sociodemographic characteristics

N(%)

		Do not care to take off fat-part	Taking off fat-part a little	Taking off fat-part almost	Total	Statistics
Gender	Male	349(60.4)	169(29.2)	60(10.4)	578(100)	$x^2 = 110.993$ $df=2$ $p=0.000$ $\lambda=0.215$
	Female	194(30.5)	308(48.4)	135(21.2)	637(100)	
	Total	543(44.7)	477(39.3)	195(16.0)	1215(100)	
Age (year)	under 20	31(40.8)	33(43.4)	12(15.8)	76(100)	$x^2 = 32.573$ $df=15$ $p=0.005$ $\text{tau-c}=0.015$
	20-29	76(39.6)	89(46.4)	27(14.1)	192(100)	
	30-39	211(44.1)	210(43.8)	58(12.1)	481(100)	
	40-49	109(46.4)	77(32.8)	49(20.9)	235(100)	
	50-59	58(52.3)	31(27.9)	22(19.8)	111(100)	
	60 over	58(47.5)	37(30.3)	27(22.1)	122(100)	
	Total	543(44.6)	477(39.2)	197(16.0)	1217(100)	
Educational level	None	29(44.6)	22 (33.8)	14 (21.5)	65 (100)	$x^2 = 15.154$ $df=8$ $p=0.056$ $\text{tau-c}=0.010$
	Elementary school	58(49.2)	35 (29.7)	25 (21.2)	118 (100)	
	Middle school	75(43.4)	61 (35.3)	37 (21.4)	173 (100)	
	High school	277(45.0)	254 (41.2)	85 (13.8)	616 (100)	
	College and above	104(42.8)	105 (43.2)	34 (14.0)	243 (100)	
	Total	543(44.7)	477(39.3)	195(16.0)	1215(100)	
Marital status	Single	89(46.4)	81(42.2)	22(11.5)	192(100)	$x^2 = 16.677$ $df=4$ $p=0.002$ $\lambda=0.000$
	Married	421(45.1)	367(39.3)	146(15.6)	934(100)	
	Other	33(37.1)	29(32.6)	27(30.3)	89(100)	
	Total	543(44.7)	477(39.3)	195(16.0)	1215(100)	
Monthly family income (unit: ten thousands won)	under 50	49(44.1)	31(27.9)	31(27.9)	111(100)	$x^2 = 31.446$ $df=10$ $p=0.008$ $\text{tau-c}=0.008$
	51-100	89(48.6)	61(33.3)	33(18.0)	183(100)	
	101-150	201(45.9)	181(41.4)	55(12.6)	438(100)	
	151-200	106(40.6)	118(45.2)	37(14.2)	261(100)	
	201-250	60(43.3)	55(38.7)	24(19.0)	142(100)	
	251 over	34(43.6)	31(39.7)	12(15.4)	78(100)	
	Total	539(44.5)	477(39.4)	192(15.9)	1210(100)	

육정도별로는 학력이 높을수록 가공식품을 선호하는 비율이 높았고, 유배우자나 사별, 이혼자보다 미혼자가 가공식품을 선호하는 비율이 현격히 높게 나타났다. 이는 연령이 낮을수록 가공식품을 선호하는 비율이 높게 나타난 것과 일치하는 것으로, 젊은 층에서 가공식품류를 즐겨 먹는 것으로 나타나 지도가 필요하겠다. 월간 가구소득별로는 큰 차이는 없었으나 대체로 251만원 이상의 소득수준을 가진 가구에서 가공식품의 선호 비율이 상대적으로 약간 높은 편이었다. 또한 가공 혹은 편의식품의 이용에 관한 연구들<sup>18), 19), 20)</sup>에서 연령이 낮을수록, 교육수준이 높을수록 이용빈도가 높게 나타났던 결과와 일치하는 현상이었다. 그리고 강원지역 농촌주부들을 대상으로 연구한 김<sup>21)</sup>의 연구에서도 가공식품을 자주 이용하는 비율이 48.3%이며 소득이 높은 사람이 그 이용비율이 높아 본 연구 결과와도 같았다.

#### 4. 짬음식과 매운 음식의 선호정도

자극성 있는 음식이 건강에 좋지 않으며 혈중 식염 농도가 높아지면 삼투압이 상승되고 혈관근육이 수축되는 등의 장애를 일으킨다<sup>22)</sup>. 특히 동물성 지방의 섭취와 자극성 있는 음식의 섭취 등은 건강에 영향을 미치는 중요한 식습관으로 이에 대한 적절한 지도가 필요하다라는 관점에서 볼 때, 울산시 주민들이 짬음식과 매운음식을 어느 정도 선호하는가에 대한 결과는 <Table 4>와 같다.

이 표에 의하면 짬음식의 선호 정도는 보통이 39.6%로 가장 비율이 높았고, 싫어한다가 28.1%, 좋아한다가 26.8%로 나타났으며 이는 교육정도별로 그 관련성은 약하나( $\text{tau-c}=0.077$ ) 유의적인 차이가 있었다( $p<0.001$ ). 남녀간에 유의적인 차이는 없었으나 남자가 여자보다 짬음식을 좋아한다는 비율이 약간 높게 나타

<Table 3> Preference of taking fried food and manufactured food by sociodemographic characteristics

N(%)

		prefer to take fried food			prefer to take manufactured food		
		Yes	No	Total	Yes	No	Total
Gender Statistics	Male	185(31.8)	396(68.2)	581(100)	165(28.4)	416(71.6)	581(100)
	Female	206(31.9)	440(68.1)	646(100)	142(21.9)	506(78.1)	646(100)
	Statistics	$\chi^2 = 0.000$ df=1 p=0.986 $\lambda=0.000$			$\chi^2 = 6.876$ df=1 p=0.009 $\lambda=0.026$		
Age (year)	under 20	32(42.1)	44(57.9)	76(100)	38(50.0)	38(50.0)	76(100)
	20-29	83(42.8)	111(57.2)	194(100)	74(38.1)	120(61.9)	194(100)
	30-39	149(30.8)	334(69.2)	483(100)	121(25.0)	363(75.0)	484(100)
	40-49	79(33.5)	157(66.5)	236(100)	52(22.0)	184(78.0)	236(100)
	50-59	30(26.1)	85(73.9)	75(100)	12(10.4)	103(89.6)	115(100)
	60 over	18(14.6)	105(85.4)	123(100)	10( 8.1)	114(91.9)	124(100)
	Statistics	$\chi^2 = 33.422$ df=5 p=0.000 tau-c=0.143			$\chi^2 = 76.337$ df=5 p=0.000 tau-c=0.227		
Educational level	None	6( 9.2)	59(90.8)	65(100)	3( 4.6)	62(95.4)	65(100)
	Elementary school	31(25.6)	90(74.4)	121(100)	13(10.7)	109(89.3)	122(100)
	Middle school	71(40.3)	105(59.7)	176(100)	46(26.1)	130(73.9)	176(100)
	High school	191(30.8)	429(69.2)	620(100)	160(25.8)	461(74.2)	621(100)
	College and above	92(37.6)	153(62.4)	245(100)	85(34.7)	160(65.3)	245(100)
	Statistics	$\chi^2 = 27.303$ df=4 p=0.000 tau-c=0.072			$\chi^2 = 40.409$ df=4 p=0.000 tau-c=0.146		
Marital status	Single	85(44.0)	108(56.0)	193(100)	94(48.7)	99(51.3)	193(100)
	Married	281(29.9)	660(70.1)	941(100)	198(21.0)	745(79.0)	943(100)
	Other	25(26.9)	68(73.1)	93(100)	15(16.1)	78(83.9)	93(100)
	Statistics	$\chi^2 = 15.982$ df=2 p=0.000 $\lambda=0.000$			$\chi^2 = 69.840$ df=2 p=0.000 $\lambda=0.000$		
	Total	391(31.9)	836(68.1)	1227(100)	307(100)	922(75.0)	1229(100)
Monthly family income (unit: ten thousands won)	under 50	24(20.9)	91(79.1)	115(100)	14(12.2)	101(87.8)	115(100)
	51-100	59(31.7)	127(68.3)	186(100)	50(26.9)	136(73.1)	186(100)
	101-150	144(32.7)	296(67.3)	440(100)	116(26.3)	325(73.7)	440(100)
	151-200	74(28.2)	188(71.8)	262(100)	71(27.0)	192(73.0)	262(100)
	201-250	57(40.7)	83(59.3)	140(100)	26(18.6)	114(81.4)	140(100)
	251 over	32(41.0)	46(59.0)	78(100)	26(33.3)	52(66.7)	78(100)
	Total	390(31.9)	831(68.1)	1221(100)	303(24.8)	920(75.2)	1223(100)
	Statistics	$\chi^2 = 16.179$ df=5 p=0.006 tau-c=0.076			$\chi^2 = 17.447$ df=5 p=0.004 tau-c=0.038		

났고, 연령별로도 유의적인 차이는 없었으나 짬뽕음식을 좋아한다는 비율이 50대이후가 약간 높은 편이었고 싫어한다는 비율은 30대 이전이 약간 높은 것으로 나타났다. 교육정도별로는 대체로 학력이 낮을수록 짬뽕음식을 좋아한다는 비율이 높았다.

매운음식의 선호 정도는 좋아한다는 비율이 39.4%로 가장 높게 나타났고, 보통이다가 35.8%, 싫어한다가 15.8%로 나타나 대체로 짬뽕식 선호비율보다 매운음식의 선호비율이 상대적으로 약간 높게 나타났으며, 이

는 성별( $p < 0.05$ ,  $\lambda = 0.042$ ), 연령별( $p < 0.01$ , tau-c=0.066), 교육정도별( $p < 0.01$ , tau-c=0.066)로 유의적인 차이가 있었다. 성별로는 매운음식을 좋아한다는 비율이 여자보다 남자가 높은 편으로 대체로 자극성있는 음식을 여자보다 남자가 더 좋아하는 것으로 나타났다. 연령별로는 매운음식을 좋아한다는 비율이 대체로 20대와 30대가 높아 짬뽕음식을 50대이후의 노년층에서 좋아하는 것과는 반대현상이었다. 교육정도별로는 대체로 매운음식을 좋아한다는 사람들이 학력이 높을수록 그 비율

<Table 4> Preference of taking salty food and hot-taste food by sociodemographic characteristics

N(%)

		Taking salty food						Taking hot-taste food					
		Extremely like	like	No preference	Dislike	Extremely dislike	Total	Extremely like	Like	No preference	Dislike	Extremely dislike	Total
Gender	Male	16(2.7)	178(30.6)	224(30.6)	145(24.9)	19(3.3)	582(100)	44(7.6)	257(44.2)	188(32.3)	82(14.1)	11(1.9)	582(100)
	Female	14(2.2)	152(23.5)	263(23.5)	201(31.0)	18(2.8)	648(100)	41(6.3)	228(35.2)	252(38.9)	112(17.3)	15(2.3)	648(100)
	Statistics	$\chi^2 = 10.886$ df=4 p=0.028 $\lambda=0.022$						$\chi^2 = 12.899$ df=4 p=0.012 $\lambda=0.042$					
Age (year)	under 20	4(5.3)	23(30.3)	25(32.9)	23(30.3)	1(1.3)	76(100)	8(10.5)	23(30.3)	33(43.4)	11(14.5)	1(1.3)	76(100)
	20-29	3(1.5)	48(24.7)	86(44.3)	51(26.3)	6(3.1)	194(100)	15(7.7)	82(42.3)	75(38.7)	17(8.8)	5(2.6)	194(100)
	30-39	8(1.7)	109(22.5)	207(42.8)	144(29.8)	16(3.3)	484(100)	34(7.0)	199(41.1)	178(36.8)	67(13.8)	6(1.2)	484(100)
	40-49	10(4.2)	64(27.1)	88(37.3)	66(28.0)	8(3.4)	236(100)	17(7.2)	94(39.8)	79(33.5)	40(16.9)	6(2.5)	236(100)
	50-59	4(3.5)	45(39.1)	32(27.8)	30(26.1)	4(3.5)	115(100)	8(7.0)	45(39.1)	35(30.4)	23(20.0)	4(3.5)	115(100)
	60 over	1(0.8)	41(32.8)	49(39.2)	32(1.6)	2(1.6)	125(100)	3(2.4)	42(33.6)	40(32.0)	36(28.8)	4(3.2)	125(100)
	Statistics	$\chi^2 = 32.209$ df=20 p=0.041 tau-c=0.036						$\chi^2 = 38.713$ df=20 p=0.007 tau-c=0.066					
Educational level	None	2(3.0)	19(28.8)	25(37.9)	18(27.3)	2(3.0)	66(100)	2(8.8)	22(33.3)	22(33.3)	17(25.8)	3(4.5)	66(100)
	Elementary school	1(0.8)	50(41.0)	37(30.3)	32(26.2)	2(1.6)	122(100)	6(4.9)	44(36.1)	40(32.8)	29(23.8)	3(2.5)	122(100)
	Middle school	12(6.8)	60(34.1)	59(33.5)	44(25.0)	1(0.6)	176(100)	17(9.7)	66(37.5)	64(36.4)	29(16.5)	0	176(100)
	High school	13(2.1)	147(23.7)	256(41.2)	181(29.1)	24(3.9)	621(100)	51(8.2)	242(39.0)	217(34.9)	93(15.0)	18(2.9)	621(100)
	College and above	2(0.8)	54(22.0)	110(44.9)	71(29.0)	8(3.3)	245(100)	9(3.7)	111(45.3)	97(39.6)	26(10.6)	2(0.8)	245(100)
	Statistics	$\chi^2 = 48.640$ df=16 p=0.000 tau-c=0.077						$\chi^2 = 37.125$ df=16 p=0.002 tau-c=0.050					
Total		30(2.4)	330(26.8)	487(39.6)	346(28.1)	37(3.0)	1230(100)	85(6.9)	485(39.4)	440(35.8)	194(15.8)	26(2.1)	1230(100)

이 높게 나타났다. 이는 신<sup>23)</sup>의 연구에서 대학생들은 보통 짜게 먹는다는 것과 약간 맵게 먹는다는 비율이 가장 높았던 것과 일치하는 결과이며, 경남지역 남자의 식습관을 연구한 결과 맛에 대한 기호도가 짠맛과 매운맛이 연령대간에 차이를 나타내지 않았다고 하는 정<sup>24)</sup>의 보고와는 다소 차이가 있었다.

5. 1일 커피 음용정도

울산시 주민들이 하루에 마시는 커피의 양 정도를 나타내는 결과는 <Table 5>와 같다.

카페인은 중추신경을 자극하며 이뇨촉진의 효과 외에도 혈압을 상승시키고 철분흡수를 방해하며, 불면증을 유발한다<sup>25)</sup>. 울산시 주민들의 카페인 음료인 커피의 선호정도를 살펴보면, 커피를 하루에 2-4잔 마신다는 비율이 28.3%로 가장 높았으며, 다음으로 안마신다는 25.6%, 하루 1잔이 22.8%, 경우에 따라 21.3%로 나타났다. 이는 성별, 연령별, 교육정도별, 결혼유무별, 월간 가구소득별로 그 관련성은 약했으나( $0 < \lambda < 0.040$ ,  $0 < \text{tau-c} < 0.186$ ) 유의적인 차이(p<0.01)를 보였다. 성별로는 안마신다는 비율과 하루에 1잔 마신다는 비율이 남자보

다 여자가 약간 높았으며, 연령별로는 커피를 안마신다는 비율이 20세 미만에서 가장 높았으며 대체로 연령이 높아질수록 그 비율이 상대적으로 높아지고 있었다. 그리고 하루에 1잔 마신다는 비율이 20대와 30대가 높아 휴식과 여유를 느끼기 위해 마시는 한잔의 커피는 생활의 활력소<sup>26)</sup>가 될 수 있으나, 2-4잔 마신다는 비율이 20, 30대와 40대가 상대적으로 높았고 특히 하루에 5잔 이상은 30대, 40대가 월등히 높았다. 이는 경남지역 남자의 식습관 조사 결과<sup>21)</sup> 30대, 40대, 50대 순으로 커피 선호도가 높게 나타남과 비슷하였다. 교육정도별로는 학력이 낮을수록 안마신다는 비율이 높게 나타났으며, 학력이 높을수록 하루 1잔 마신다는 비율이 높았다. 또한 학력이 높을수록 커피를 하루에 2-4잔 마신다는 비율도 상당히 높게 나타났다. 결혼유무에 따라서는 하루에 1잔, 하루에 2-4잔 마신다는 비율이 미혼이나 사별, 이혼자보다 유배우자가 높게 나타났다. 월간 가구소득별로는 소득이 낮을수록 커피를 안마시는 비율이 높았으며, 하루에 2-4잔 마신다는 비율은 소득이 높을수록 높게 나타나 소득이 높을수록 커피를 마실 기회가 많음을 알 수 있었다.

&lt;Table 5&gt; Frequency of drinking coffee by sociodemographic characteristics

N(%)

		Never	Occasionally	1cup/day	2-4cups/day	5cups and more/day	Total	Statistics
Gender	Male	134(23.1)	124(21.3)	120(20.7)	191(32.9)	12(2.1)	581(100)	$\chi^2 = 13.263$ df=4 p=0.010 $\lambda=0.040$
	Female	180(27.8)	138(21.3)	160(24.7)	156(24.1)	13(2.0)	647(100)	
Age (year)	under 20	40(52.6)	21(27.6)	9(11.8)	5(6.6)	1(1.3)	76(100)	$\chi^2 = 156.606$ df=20 p=0.000 tau-c=0.074
	20-29	38(19.6)	46(23.7)	56(28.9)	53(27.3)	1(0.5)	194(100)	
	30-39	73(15.1)	88(18.2)	124(25.7)	185(38.3)	13(2.7)	483(100)	
	40-49	57(24.3)	54(23.0)	49(20.9)	66(28.1)	9(3.8)	235(100)	
	50-59	41(35.7)	30(26.1)	22(19.1)	21(18.3)	1(0.9)	115(100)	
60 over	65(52.0)	23(18.4)	20(16.0)	17(13.6)	0	125(100)		
Educational level	None	44(66.7)	9(13.6)	6(9.1)	7(10.6)	0	66(100)	$\chi^2 = 121.057$ df=16 p=0.000 tau-c=0.186
	Elementary school	51(41.8)	27(22.1)	24(19.7)	20(16.4)	0	122(100)	
	Middle school	61(34.7)	37(21.0)	33(18.8)	42(23.9)	3(1.7)	176(100)	
	High school	118(19.1)	142(22.9)	153(24.7)	188(30.4)	18(2.9)	619(100)	
College and above	40(16.3)	47(19.2)	64(26.1)	90(36.7)	4(1.6)	245(100)		
Marital status	Single	60 (31.1)	45(23.3)	42(21.8)	43(22.3)	3(1.6)	193(100)	$\chi^2 = 33.172$ df=8 p=0.000 $\lambda=0.035$
	Married	211(22.4)	201(21.3)	223(23.7)	285(30.3)	22(2.3)	942(100)	
	Other	43(46.2)	16(17.2)	15(16.1)	19(20.4)	0	93(100)	
Monthly family income (unit: ten thousands won)	under 50	52(45.2)	28(24.3)	19(16.5)	15(13.0)	1(0.9)	115(100)	$\chi^2 = 62.569$ df=20 p=0.000 tau-c=0.056
	51-100	56(30.1)	34(18.3)	47(25.3)	43(23.1)	6(3.2)	186(100)	
	101-150	81(18.4)	92(20.9)	104(23.6)	152(34.5)	11(2.5)	440(100)	
	151-200	67(25.5)	64(24.3)	60(22.8)	69(26.2)	3(1.1)	263(100)	
	201-250	42(30.2)	28(20.1)	26(18.7)	39(28.1)	4(2.9)	139(100)	
251 over	14(17.9)	15(19.2)	23(29.5)	26(33.3)	0	78(100)		
Total		314(25.6)	262(21.3)	280(22.8)	347(28.3)	25(2.0)	1228(100)	

## 6. 우유 음용정도

우유는 영양요구량을 채울 수 있는 단일식품으로서 필요한 영양소를 공급하는 보충식품이며 균형식품이다<sup>27)</sup>. 이러한 맥락에서 볼 때 울산시 주민들이 건강을 고려하여 우유를 마시는 정도를 조사한 결과를 살펴보면 <Table 6>과 같다.

이 Table에 의하면 우유를 가끔 마신다는 비율이 37.8%로 가장 높았으며, 안 마신다가 37.4%이었고, 하루 1컵이 15.5%로 나타났다. 이는 성별, 연령별, 교육정도별, 결혼유무별, 월간 가구소득별로 유의적인 차이는 있었으나(p<0.05) 그 관련성은 약하였다( $0 < \lambda < 0.045$ ,  $0 < \text{tau-c} < 0.182$ ). 성별로는 우유를 마시는 사람의 비율은 차이가 별로 없었으나 안마시는 비율이 여자보다 남자가 높게 나타나 남자들이 우유를 적게 마시는 것으로 나타났다. 이는 안<sup>28)</sup>의 한국노인의 식습관 조사에서 남자가 여자보다 더 우유를 많이 먹는 것으로 나타난 것과는 상이한 결과이었다. 연령별로는 연령이 높을수록 우유를 안마신다는 비율이 높았는데, 이는 오 등<sup>15)</sup>

의 연구에서 30-40대에 우유 섭취시 유당불내성 문제가 있어 우유 이외 칼슘 급원식품 및 이들 이용 음식에 대한 홍보가 필요한 것으로 나타났다. 교육정도별로는 학력이 낮을수록 우유를 안 마시는 비율이 높았으며, 학력이 높을수록 가끔 또는 일주일에 2-3컵, 하루에 1컵 마신다는 비율은 상대적으로 약간 높게 나타났다. 결혼유무별로는 사별, 이혼자가 유배우자나 미혼자에 비해 우유를 안마신다는 비율이 높았고, 가끔 이상 마시는 비율은 미혼자가 높게 나타났다. 월간 가구소득별로는 대체로 소득이 낮을수록 우유를 안 마신다는 비율이 상대적으로 높게 나타났으며, 소득이 높을수록 우유를 가끔 이상 또는 1주일에 2-3컵, 하루에 1컵 마신다는 비율이 높아지고 있어 우유섭취는 소득수준과 밀접한 관련이 있는 것으로 보인다.

## 7. 건강 보조식품 이용 경험 및 이용정도

건강보조식품이란 <식품공전><sup>29)</sup>에 「건강 보조의 목적으로 특정성분을 원조하거나 식품원료에 들어있는

<Table 6> Frequency of drinking milk by sociodemographic characteristics

N(%)

		Never	Occasionally	2-3cups/wk	1cup/day	2cups and more/day	Total	Statistics
Gender	Male	243(41.9)	209(36.0)	34(5.9)	82(14.1)	12(2.1)	580(100)	$\chi^2 = 10.621$ df=4 p=0.031 $\lambda=0.045$
	Female	216(33.4)	255(39.4)	47(7.3)	108(16.7)	21(3.2)	647(100)	
Age (year)	under 20	14(18.7)	25(33.3)	13(17.3)	20(26.7)	3(4.0)	75(100)	$\chi^2 = 95.117$ df=20 p=0.000 tau-c=0.182
	20-29	47(24.2)	84(43.3)	15(7.7)	40(20.6)	8(4.1)	194(100)	
	30-39	165(34.2)	197(40.8)	33(6.8)	79(16.4)	9(1.9)	483(100)	
	40-49	95(40.4)	93(39.6)	11(4.7)	29(12.3)	7(3.0)	235(100)	
	50-59	62(53.9)	31(27.0)	5(4.3)	13(11.3)	4(3.5)	115(100)	
	60 over	76(60.8)	34(27.2)	4(3.2)	9(7.2)	2(1.6)	125(100)	
Educational level	None	39(59.1)	20(30.3)	2(3.0)	4(6.1)	1(1.5)	66(100)	$\chi^2 = 62.702$ df=16 p=0.000 tau-c=0.137
	Elementary school	64(52.5)	34(27.9)	6(4.9)	11(9.0)	7(5.7)	122(100)	
	Middle school	78(44.6)	60(34.3)	7(4.0)	28(16.0)	25(1.1)	175(100)	
	High school	216(34.9)	251(40.5)	45(7.3)	91(14.7)	16(2.6)	619(100)	
	College and above	62(25.3)	99(40.4)	21(8.6)	56(22.9)	7(2.9)	245(100)	
Marital status	Single	45(23.4)	76(39.6)	18(9.4)	47(24.5)	6(3.1)	192(100)	$\chi^2 = 38.116$ df=8 p=0.000 $\lambda=0.025$
	Married	364(38.6)	362(38.4)	57(6.1)	136(14.4)	23(2.4)	942(100)	
	Other	50(53.8)	26(28.0)	6(6.5)	7(7.5)	4(4.3)	93(100)	
Monthly family income (unit: ten thousands won)	under 50	59(51.8)	36(31.6)	2(1.8)	15(13.2)	2(4.3)	114(100)	$\chi^2 = 41.418$ df=20 p=0.003 tau-c=0.118
	51-100	90(48.4)	64(34.4)	9(4.8)	19(10.2)	4(1.8)	186(100)	
	101-150	165(37.6)	163(37.1)	34(7.7)	66(15.0)	11(2.5)	439(100)	
	151-200	72(27.4)	117(44.5)	19(7.2)	46(17.5)	9(3.4)	263(100)	
	201-250	477(33.6)	52(37.1)	11(7.9)	26(18.6)	4(2.9)	140(100)	
	251 over	23(29.5)	29(37.2)	6(7.7)	17(21.8)	3(3.8)	78(100)	
Total		459(37.4)	464(37.8)	81(6.6)	190(15.5)	33(2.7)	1227(100)	

특정성분을 추출, 농축, 정제, 혼합 등의 방법으로 제조, 가공한 식품」이라 정의하고 있다. 갈수록 건강식품, 기능성 식품, 보약들이 범람하고 있으며 건강식품의 종류도 다양화 되고 있다<sup>30), 31), 32), 33)</sup>. 여러 가지 성인병의 치료나 예방에 음식물이 크게 관여하고 있다는 것은 주지된 사실로써 건강회복 및 증진, 건강미에 대한 소비자의 기대감이 높아진 것은 말할 필요도 없다<sup>34)</sup>. 그런데 건강정보의 범람으로 식품의 양적충족에서 식품의 기능성, 기호성, 취미성 등의 질적인 측면으로 전환하는 과정에서 발생하는 현상이 바로 건강식품 섭취의 증가<sup>35)</sup>라고 볼 수 있다.

본 조사에서 울산시 주민들의 건강 보조식품 이용 경험 여부는 <Table 7>에서 보는 바와 같이 86.4%가 경험이 없었고, 과거 이용 경험이 있거나 현재 이용하는 비율이 15.7%로 나타났다. 이는 산업체 근로자를 대상으로 연구한 김<sup>36)</sup>의 연구에서 14%가 건강보조식품을 이용하였고 86%가 하지 않는 비율과 같은 경향이었으나 78.5%가 이용경험이 있다고 응답한 박<sup>37)</sup>의

연구결과와 58.8%로 나타난 이 등<sup>4)</sup>의 연구결과와는 차이가 있었다. 이는 연령별(p<0.05, tau-c=0.025), 결혼 유무별(p<0.05,  $\lambda=0.000$ )로 유의적인 차이가 있었고 성별로는 유의적인 차이는 없었으나 건강보조식품을 과거 이용 경험이 있거나 현재 이용하는 비율이 여자보다 남자가 높게 나타났고, 경험이 없다는 비율도 남자보다 여자가 그 비율이 높게 나타났다. 연령별로는 연령이 높을수록 건강보조식품을 과거 또는 현재 이용한다는 비율이 높아져 연령이 많아질수록 건강에 대한 관심이 높아짐을 알 수 있었다. 교육정도별로는 유의적인 차이는 없었으나 학력이 높아질수록 과거에 건강보조식품 이용경험이 있다는 비율이 높았다. 결혼유무별로는 유배우자가 미혼자나 사별, 이혼자보다 과거 또는 현재 이용경험의 비율이 훨씬 높았다. 월간 가구 소득별로는 유의적인 차이는 없었으나 소득이 낮을수록 건강보조식품 이용 경험이 없다는 비율이 높게 나타나 저소득층 노인의 건강보조식품의 섭취빈도가 매우 낮게 나타난 정 등<sup>38)</sup>의 연구결과와 서울지역 주부



<Table 7> Use of a supplementary healthy food by sociodemographic characteristics

N(%)

		Use of a supplementary healthy food			Total
		prior user	current user	Never use	
Gender	Male	58(12.0)	18(3.7)	409(84.3)	485(100)
	Female	55(9.3)	16(2.7)	523(88.0)	594(100)
	Statistics	$\chi^2 = 3.163$ df=2 $p=0.206$ $\lambda=0.008$			
Age (year)	under 20	5(6.9)	0	67(93.1)	72(100)
	20-29	17(9.8)	1(0.6)	156(89.7)	174(100)
	30-39	50(12.2)	13(3.2)	347(84.6)	410(100)
	40-49	23(11.3)	5(2.5)	176(86.3)	204(100)
	50-59	10(9.4)	5(4.7)	91(85.8)	106(100)
	60 over	8(7.1)	10(8.8)	95(84.1)	113(100)
	Statistics	$\chi^2 = 23.103$ df=10 $p=0.010$ $\tau\text{-}c=0.025$			
Educational level	None	5(8.6)	3(5.2)	50(86.2)	58(100)
	Elementary school	8(7.3)	8(7.3)	93(85.3)	109(100)
	Middle school	13(8.0)	6(3.7)	143(88.3)	162(100)
	High school	60(11.2)	15(2.8)	462(86.0)	537(100)
	College and above	27(12.7)	2(0.9)	184(86.4)	213(100)
	Statistics	$\chi^2 = 13.970$ df=8 $p=0.083$ $\tau\text{-}c=0.006$			
Marital status	Single	13(7.3)	0	165(92.7)	178(100)
	Married	95(11.6)	31(3.8)	692(84.6)	818(100)
	Other	5(6.0)	3(3.6)	75(90.4)	83(100)
	Statistics	$\chi^2 = 12.293$ df=4 $p=0.015$ $\lambda=0.000$			
Monthly family income (unit:ten thousands won)	under 50	8(7.5)	4(3.7)	95(88.8)	107(100)
	51-100	18(11.0)	3(1.8)	142(87.1)	163(100)
	101-150	34(8.8)	12(3.1)	342(88.1)	388(100)
	151-200	27(11.9)	7(3.1)	192(85.0)	226(100)
	201-250	19(16.0)	3(2.5)	97(81.5)	119(100)
	251 over	6(8.6)	5(7.1)	59(84.3)	70(100)
	Statistics	$\chi^2 = 11.521$ df=10 $p=0.318$ $\tau\text{-}c=0.031$			
Total		113(10.5)	34(3.2)	932(86.4)	1079(100)

들을 대상으로 조사한 오 등<sup>15)</sup>의 결과에서 건강보조식품은 주부의 연령, 교육수준, 소득수준, 생활수준에 의해 영향을 받았으며 소득이 높을수록 건강보조식품에 대한 의존도가 높아 건강에 관심이 높은 것으로 사료된다.

울산시 주민들이 건강을 염두에 두고 건강 보조식품의 이용빈도에 대한 결과는 <Table 8>과 같다.

이 Table에 의하면 울산시 주민들은 건강보조식품을 1년에 1번 정도 이용한다는 비율이 64.6% 가장 높았으며, 다음이 1년에 2-3번 정도로 나타났다. 유의적인 차

이는 없었으나 성별로는 건강보조식품을 거의 매일 이용한다는 비율이 남자보다 여자가 높았고, 1년에 2-3번 이용하는 비율은 여자보다 남자가 훨씬 높았다. 그리고 연령별로는 거의 매일 섭취하는 비율이 50대 이후의 노년층이 그 비율이 높게 나타났다. 교육정도별로는 학력이 낮을수록 거의 매일 건강보조식품을 이용하고 있어 건강보조식품에 대한 인식부족으로 인한 오용, 남용에 대한 예방대책이 필요하다. 또한 사별, 이혼자가 유배우자보다 거의 매일 이용하는 비율이 높았다. 월간 가구소득별로는 소득이 251만원 이상인자가

<Table 8> Frequency of taking a supplementary healthy food among current user by sociodemographic characteristics N(%)

		everyday	1-2times/wk	once a month	2-3times/year	once a year	Total	Statistics
Gender	Male	8(9.4)	3(3.5)	4(4.7)	18(21.2)	52(61.2)	85(100)	$\chi^2 = 3.609$ df=4 p=0.461 $\lambda=0.000$
	Female	7(11.3)	2(3.2)	4(6.5)	6(9.7)	43(69.4)	62(100)	
Age (year)	under 20	1(20.0)	1(20.0)	1(20.0)	0	2(40.0)	5(100)	$\chi^2 = 26.651$ df=20 p=0.145 tau-c=0.067
	20-29	1(5.3)	0	2(10.5)	3(15.8)	13(68.4)	19(100)	
	30-39	5(8.2)	2(3.3)	2(3.3)	8(13.1)	44(72.1)	61(100)	
	40-49	1(3.0)	1(3.0)	2(6.1)	8(24.2)	21(63.6)	33(100)	
	50-59	2(18.2)	0(5.6)	0	4(36.4)	5(45.5)	11(100)	
	60 over	5(27.8)	1(12.5)	1(5.6)	1(5.6)	10(55.6)	18(100)	
Educational level	None	3(37.5)	1(12.5)	0	1(12.5)	3(37.5)	8(100)	$\chi^2 = 18.347$ df=16 p=0.304 tau-c=0.077
	Elementary school	3(17.6)	0	2(11.8)	3(17.6)	9(52.9)	17(100)	
	Middle school	2(11.8)	0	1(5.9)	3(17.6)	11(64.7)	17(100)	
	High school	5(6.3)	4(5.0)	3(3.8)	11(13.8)	57(71.3)	80(100)	
	College and above	2(8.0)	0	2(8.0)	6(24.0)	15(60.0)	25(100)	
Marital status	Single	2(13.3)	1(6.7)	2(13.3)	4(26.7)	6(40.0)	15(100)	$\chi^2 = 7.795$ df=8 p=0.454 $\lambda=0.000$
	Married	11(8.9)	4(3.2)	6(4.8)	19(15.3)	84(67.7)	124(100)	
	Other	2(25.0)	0	0	1(12.5)	5(62.5)	8(100)	
Monthly family income (unit: ten thousands won)	under 50	3(30.0)	0	0	3(30.0)	4(40.0)	10(100)	$\chi^2 = 30.928$ df=20 p=0.056 tau-c=0.084
	51-100	0	1(5.0)	1(5.0)	3(15.0)	15(75.0)	20(100)	
	101-150	5(10.9)	0	0	7(15.2)	34(73.9)	46(100)	
	151-200	2(5.4)	3(8.1)	1(2.7)	5(13.5)	26(70.3)	37(100)	
	201-250	3(12.5)	1(4.2)	4(16.7)	4(16.7)	12(50.0)	24(100)	
	251 over	2(20.0)	0	2(20.0)	2(20.0)	4(40.0)	10(100)	
Total		15(10.2)	5(3.4)	8(5.4)	24(16.3)	95(64.6)	147(100)	

건강 보조식품을 거의 매일 이용한다는 비율이 높아 정 등<sup>40)</sup>의 연구에서 도시남자 노인들은 저소득층이 건강보조식품 섭취 빈도가 매우 낮다고 보고한 결과와 일치하였다.

#### IV. 요약 및 결론

본 연구는 울산시에 거주하는 주민들을 대상으로 건강실천을 위한 식생활의 여러가지 행태에 관하여 면접 조사한 결과이다. 분석결과는 다음과 같다.

1. 조사대상자는 총 1,232명으로 남자 47.4%, 여자 52.6%이었고, 30대가 39.4%로 가장 많았으며, 고등학교의 학력자가 50.5%, 유배우자가 76.8%, 101-150만원의 월간 가구 소득자가 36.1%를 차지하였다.
2. 울산시 주민들이 육류를 섭취할 때 지방부분을 제거하는 정도는 44.7%가 상관없고 먹었고, 39.3%가 대충 제거하고 먹는다고 응답하였으며, 성별, 연령별, 결혼유무별, 월간 가구소득별로 관련성은 약하

나 유의적인 차이를 보였다. 즉 상관없고 먹는 비율이 남자가 월등히 높았으며, 대충 또는 거의 제거하고 먹는다는 비율은 연령이 낮을수록 높아 지기도 필요하였다.

3. 튀김이나 볶음 등의 기름을 이용한 음식류의 선호 여부는 68.1%가 선호하지 않는다고 하였고, 연령별, 교육정도별, 결혼유무별, 월간 가구소득별로 따라 유의적인 차이가 있었으나 그 관련성은 약한 편이었다. 또한 가공식품 선호여부는 75.0%가 선호하지 않는다고 응답하였으며, 성별, 연령별, 교육정도별, 결혼유무별, 월간 가구소득별로 그 관련성은 약하나 유의적인 차이가 있었다.
4. 울산시 주민들의 짬뽕식 선호정도는 39.6%가 보통정도를 선호하였고, 교육정도별로 유의적인 차이가 있었다. 매운음식 선호정도는 39.4%가 좋아한다고 하였으며, 이는 성별, 연령별, 교육정도별로 유의적인 차이가 있었다.
5. 울산시 주민들이 하루에 마시는 커피의 정도는 하루에 커피를 2-4잔 마신다는 응답자가 가장 많았으

며(28.3%), 안 마신다와 하루에 한잔 마시는 비율이 여자가 높았다. 연령별로는 20세 미만이 커피를 안 마신다는 비율이 높았으며, 교육수준이 낮을수록 안 마신다는 비율이 높게 나타났다. 또한 대체로 유배우자가 커피를 많이 마셨으며 소득이 낮을수록 안 마신다는 비율이 높게 나타났다. 성별, 연령별, 교육정도별, 결혼유무별, 월간 가구소득별로 그 관련성은 약했으나 유의적인 차이를 보였다.

6. 하루에 우유를 마시는 정도는 가끔 마신다고 응답한 비율이 가장 높았으며(37.8%), 안마신다는 비율도 37.4%나 되었다. 이는 성별, 연령별, 교육정도별, 결혼유무별, 월간 가구소득별로 유의적인 차이는 있었으나 그 관련성은 약하였다. 우유를 안 마신다는 비율이 남자가, 연령이 높을수록, 학력이 낮을수록, 사별, 이혼자가, 소득이 낮을수록 높게 나타났다.
7. 건강보조식품 이용경험 여부는 86.4%가 한번도 경험하지 않았다고 답하였으며, 연령별, 결혼유무별로 유의적인 차이가 있었다. 건강보조식품을 이용한 경험이 있는 응답자 중 64.6%가 1년에 1번 정도 섭취한다고 응답하였고, 남자보다는 여자가, 20세 미만과 50대 이후가, 학력이 낮을수록, 사별 또는 이혼자, 가구소득이 251만원 이상인자가 대체로 건강 보조식품을 많이 이용하고 있는 것으로 나타났다.

본 연구의 대상지역인 울산시는 우리나라의 산업화 과정에서 형성된 전형적인 신생공업 도시이다<sup>39)</sup>. 따라서 울산지역 주민들의 식습관은 공업도시지역 거주자들의 식습관을 전형적으로 반영하여, 그 조사결과는 여타 공업도시지역 거주자들의 식습관 이해에도 참고가 되리라고 판단된다.

#### ■ 참고문헌

- 1) L.H.Lawer. Social problem and the quality of life, Duboqne, Wm.C. Brown Co., p.42, 1978.
- 2) 이일하. 한국식문화학회지, 8(4):359, 1993.
- 3) 보건사회부. 보건사회통계회보, p.66, 1994.
- 4) Eun-Joo Lee, Seung-Ok Ro, Cherl-Ho Lee. A Survey on the Consumer Attitude toward Health food in Korea(I) Consumer Perception on Health and Food habit, Korean J. Dietary Culture, 11(4):478, 1996.
- 5) Y. Eppiright. J. Am. Home. Econ. Asso, 62:327, 1970.
- 6) A.T. Cross and D. Babicz. J. Am. Diet. Assoc., 94:1398, 1994.
- 7) 문수재, 김정연. 한국식문화학회지, 8(1):25, 1992.
- 8) Ae-Sook Shin and Kwang-Kee Kim, Consumption pattern of meals among Ulsan City residents, J. of the East Asian of Dietary life, 9(2):135, 1999.
- 9) 울산광역시. 인제대학교 보건과학연구소. 울산광역시 지역보건의료계획, 1998.
- 10) 남정자, 최정수, 김태정, 계훈방. 한국보건사회연구원, p.85, 1996.
- 11) 정충영, 최이규. spss win(3판), 무역경영사, 서울, p.518, 1998.
- 12) 이정운, 장혜순, 서광희, 이선희, 이병순, 남정혜. 식사요법, 광문각, p.160, 1997.
- 13) 박일화. 식품과 조리원리, p.98, 수학사, 1997.
- 14) Hae-Sook Oh, Kyo-Hie Yoon. Health-related Dietary Attitudes and Behaviors among Mealmanagers in Seoul Area, Korean J. Dietary Culture, 10(3):191, 1995.
- 15) 최진호, 조수열, 허봉렬. 생활주기 영양학, 교문사, p.228, 1997.
- 16) 고무석, 김강화, 김경애, 신말식, 오승호, 임현숙, 전덕영, 홍윤호. 식품과 영양, 효일문화사, p.190, 1998.
- 17) 김우경. 한국식문화학회지, 7(2):157, 1992.
- 18) 안숙자. 한국조리과학회지, 5(2):75, 1989.
- 19) 김미향, 한재숙, 이효숙. 대한가정학회지, 26(3):69, 1988.
- 20) 류은순, 강현주. 고신대학교 논문집, p.82, 1994.
- 21) Eun-Sil Kim, A study of Korean traditional Food in Kang Won Do(I). Korean J. Soc. Food Sci. 11(4):346, 1995.
- 22) 박귀선. 참으로 아름다운 생을 위해 당신은 먹는가?, 동아대학교 출판부, p.41, 1994.
- 23) Ae-Sook Shin. A Study on the Dietary Life Style of Yangsan College Students. YangSan College pres, p.82, 1999.
- 24) Hyo-Sook Cheong. A Study on the Food habit and Food Preference of Men in Kyung Nam Area, Korean J. Dietary Culture, 14(3):199, 1999.
- 25) 박현서, 이영순, 구성자, 한명주, 조여원. 식생활과 건강, p.28, 1995.
- 26) 김숙희, 김우경, 장영애. 식생활과 건강, 신광출판사, p.246, 1998.
- 27) 우순자, 맹연선. 우유와 유제품의 영양학, 효일문화사, p.11, 1998.
- 28) Sook-Ja Ahn, Soon-Ah Kung. A Study on the Food habits and Dietary behaviors among the Korean elderly, Korean J. Soc. Food Sci, 15(1):89, 1999.
- 29) 보건복지부. 식품공전, p.29, 1994.
- 30) 유태중. 대한의학협회지, 360:32, 1990.

- 31) 채범석. 소비생활연구, 5:3, 1990.
- 32) 천석조. 국민영양, 109:41, 1989.
- 33) 원태진. 의약정보, 168:142, 1989.
- 34) 허석현, 김민희. 현대인의 건강과 건강보조식품. 홍익재, p.28, 1997.
- 35) 월간식품산업사 편집부. 식품산업, 10:26, 1983.
- 36) Hye-kyung Kim, Food habits and Nutritional status of Men working at Industry. Korean J. Dietary Culture, 10(2):120, 1995.
- 37) 박수정. 영양보충제 및 건강식품의 섭취실태와 식생활 및 건강과의 관계, 동국대가정학과 석사학위논문, p.52, 1993.
- 38) Mi-Sook Chung, Keum-Jee Kang. A Survey on the Health, Food Perceptions and Food habits of Urban Elderly Men - With Special reference to Elderly Men in the tap-gol park -. Korean J. Dietary Culture, 11(4):459, 1996.
- 39) 울산광역시. 시정백서, 울산광역시, p.17, 1998.