

## 진주지역 아파트 주부들의 식생활 관리실태 조사연구

이 주 희<sup>†</sup>

경상대학교 자연과학대학 식품영양학과

### A Survey on the Status of the Meal Management Behaviors of Housewives Living in the Apartments of Jinju

Joo-Hee Lee<sup>†</sup>

Department of Food and Nutrition, College of Natural Science, Gyeongsang National University, Jinju, Korea

#### ABSTRACT

This study was carried out to evaluate meal management behavior of housewives and to improve their behavior by determining what problems exist. The survey was conducted using a questionnaire in Jinju from October to November in 1999. It was shown that 29.1% of housewives didn't plan food budget, whereas only 5.6% of them did. The reasons for not planning food budget were mostly due to not forming a habit(38.8%), irregularity of prices(19.9%) or irregularity of income(13.8%). The characters of planning food budget and the reasons for not planning were not affected by age, education, monthly income, family size or monthly food cost. Only 17.8% of meal managers recorded their housekeeping in detail and 47.4% of them wrote only the important things. Recording housekeeping records was affected by age and education. It was found that most meal managers(90.8%) didn't set menu planning and they didn't feel the need for menu planning. The frequency of food shopping was every two days(36.2%), twice a week(20.9%) or randomly(20.4%), and the places for food shopping were supermarket(49.0%) and traditional market(41.3%). Both were affected by education or age. The quality of food was the main reason(54.6%) for the selection of food shopping place. Important consideration for selection of food and meals was preference of family(47.4%) and this character was affected by education. It was shown that the score of nutrition knowledge was 7.36, and it was affected by education. The results of this study suggest that the government, educators and scientists in nutrition make efforts to develop various levels of practical education programs for meal management and nutrition depending on age, education and community using mass media(books, TV, computer etc). (*Korean J Community Nutrition* 6(5) : 755~764, 2001)

KEY WORDS : meal management · Jinju.

---

## 서 론

---

식생활은 인간이 영위하는 생활 현상 중 생명현상과 직결되는 가장 기본적인 중요한 요소로서 인간의 생리적, 심리적 욕구까지 충족시킨다. 인간의 식생활은 민족, 지역에 따라 다양하게 발달하며 사회, 경제, 문화, 교육, 종교 및 전

통적 관습 등에 영향을 받게 된다(Eckstin 1980).

사회의 발전과 변화에 따라 현대인의 생활이 과학화, 합리화되어 가는 가운데 사회의 기본 단위인 가정도 그 생활양식과 가치관이 변하고 있다. 특히 우리 나라는 고도의 경제 발전과 산업화, 도시화 및 국제 문화교류 등에 의한 사회 생활의 변화와 급속한 식품가공 산업의 발달로 식생활의 환경을 크게 변화시켰다. 그에 따라 우리 국민의 식생활에 대한 가치관과 식생활 패턴에도 많은 변화를 초래하였다(박영선 2000).

식생활관리는 식사에 대하여 결정을 내리는 활동이며, 식사와 관계되는 모든 활동과 의사결정 및 실천하는 책임을 맡은 사람을 식생활 관리자라 부른다(Kinder 1965; 현기순

---

채택일 : 2001년 12월 12일

<sup>†</sup>Corresponding author : Joo-Hee Lee, Department of Food and Nutrition, College of Natural Science, Gyeongsang National University, 900 Gajadong, Jinju 660-701, Korea  
Tel : 055) 751-5977, Fax : 055) 751-5971  
E-mail : joohee@nongae.gsnu.ac.kr

1999). 개인의 식사는 가정을 중심으로 이루어지고 있으므로 식생활관리자인 주부의 식생활 태도와 영양지식은 그 가족 구성원의 영양 섭취 및 건강에 직접 영향을 미칠 뿐만 아니라 나아가서는 국민건강 및 체위 향상에 중요한 역할을 맡게 된다.

한편 여러 연구 논문들은 가계소득(정영선 1993; Abdel-Ghany & Schrimper 1978), 가구원수(Dardis 등 1981; Ritzmann 1982), 주부의 연령(Chen & Chu 1982; Foster 1980), 주부의 교육(Dardis 등 1981; 이윤금·양세정 1999) 등이 식생활지출에 영향을 미치고 있음을 증명하고 있다.

식생활 관리 실태의 개선에 관한 선행 연구로 여러 편이 보고되어 있으나(박영선 2000; 유영상 등 1996; 류은순 등 1993; 이경자 1991; 홍성야 등 1992) 사회적, 경제적, 문화적, 지역적으로 차이가 크므로, 본 연구에서는 IMF (International Monetary Fund) 경제위기 시 진주지역 아파트 지역의 주부들을 대상으로 식생활관리 실태를 알아 보고, 식생활 지출에 영향을 미치고 있는 인자들로 알려진 가계소득, 가구원수, 주부의 연령, 식비 및 교육정도가 식생활관리 실태에 미치는 영향을 검토함으로써 식생활 관리상의 문제를 규명하여 지역사회 식생활 향상을 위한 개선점을 찾고 나아가서 영양 교육의 기본자료로서 기여하고자 한다.

## 조사대상 및 방법

### 1. 조사 대상 및 기간

본 조사는 1999년 10월 4일부터 11월 7일까지 진주시에 소재하는 21개 아파트단지로부터 임의로 231명을 조사대상자로 선정하여 식품영양학전공 3년차 학생들이 조사 대상 가정을 방문하여 질문지를 배부하여 그 자리에서 답하게 하였다. 이중 통계 처리가 불가능한 질문지를 제외한 총 196부를 분석 자료로 사용하였다.

### 2. 조사 내용 및 방법

설문지를 이용하였으며 설문지의 구성은 연령, 교육, 가족수, 월소득 등 일반환경 특성과 식생활 관리 실태로서 식생활비 계획, 식품구입, 식품선택시 고려 요인, 식사준비 시간 및 고려 요인과 영양지식 정도를 파악할 수 있게 하였다.

영양지식에 대한 설문은 10개의 문항으로서 그 내용은 열량, 영양소, 식품구성에 관한 것을 다루었으며, 응답은 「그렇다」, 「아니다」, 「모르겠다」로 했으며, 영양지식의 평가는 김혜경(1987)의 연구와 같이 맞는 답 항목에 1점씩을 주었다.

### 3. 자료처리 방법

자료의 처리는 SAS package program을 이용하였다. 일반 환경 특성 및 식생활 관리 실태 등에 대하여 백분율을 구하였으며, 식생활 관리자의 연령, 학력, 가족수, 월소득, 월식비에 따른 식생활관리 실태에 미치는 영향으로 집단간의 비교는 Chi-square test로 분석하였으며, 영양지식에 관한 집단간의 비교는 분산 분석과 Duncan's multiple range test를 이용하여 유의성을 조사하였다.

## 결과 및 고찰

### 1. 일반 환경조사

본 조사대상자의 일반환경 실태에 관한 내용은 Table 1과 같다. 조사대상자의 연령은 30대가 42.3%로 가장 많았고, 40대가 30.6%로 조사되었다. 가족수는 3~4명이 68.9%로 가장 많았고, 5명 이상도 20.9%를 차지하였다. 조사대상자의 학력은 고졸이 48.0%, 대졸이 35.2% 순으로 나타났다. 또한 가정 월 평균 총수입은 100~200만원이 63.3%로 가장 많았으며, 100만원이하가 16.3%, 200~300만원이 13.8%로 이 세 계층이 93.4%를 차지하였다.

### 2. 식생활 관리 실태

#### 1) 식생활비 관리

식생활비 관리 실태의 결과는 Table 2와 같다. 본 조사가 구의 한달 식비는 15~30만원이 36.7%로 가장 많은 비율을 차지하였으며, 그 다음으로는 30~45만원이 26%로 조사되었다. 식비를 가장 많이 지출하는 계절은 사계절이 일

Table 1. General characteristics of subjects

Characteristics	Group	Number(%)
Age	< 30	31(15.8)
	30 - 40	83(42.3)
	40 - 50	60(30.6)
	> 50	22(11.2)
Education	Elementary	10( 5.1)
	Middle school	23(11.7)
	High school	94(48.0)
	College	69(35.2)
Family size	1 - 2	20(10.2)
	3 - 4	135(68.9)
	> 5	41(20.9)
	Monthly income (10,000 won)	< 100
100 - 200		124(63.3)
200 - 300		27(13.8)
300 - 400		11( 5.6)
> 400		2( 1.0)

Table 2. Characteristics of food budget management

N(%)

Characteristics							
Monthly food cost (10,000 Won)	<15	15 - 30	30 - 45	45 - 60	>60		
	16( 8.2)	72(36.7)	51(26.0)	39(19.9)	18( 9.2)		
Highest food cost season	Spring	Summer	Autumn	Winter	Almost equal		
	5( 2.6)	82(41.8)	17( 8.7)	7( 3.6)	85(43.4)		
Planning food budget	Planning the budget	Planning the budget for staple foods	Planning the budget but hardly excuted	No budget plan	Etc		
	11( 5.6)	61(31.1)	61(31.1)	57(29.1)	6( 3.1)		
Reasons not to plan food budget	Not forming a habit	Irregularity of income	Irregularity of prices	Irregularity of family size	Busy life	Etc	
	76(38.8)	27(13.8)	39(19.9)	5( 2.6)	9( 4.6)	19(9.7)	
Recoding a housekeeping record		Never	Don't write but feel the necessity to write	Write only the important things	Write all the details	Remark	
	Age	21 - 30	1( 3.2)	5(16.1)	15(48.4)	10(32.3)	$\chi^2 = 24.881$ df = 9 p = .003
		31 - 40	12(4.5)	11(13.3)	41(49.4)	19(22.9)	
		41 - 50	19(31.7)	8(13.3)	30(50.0)	4( 5.0)	
		> 50	6(27.3)	6(27.3)	7(31.8)	3(13.6)	
	Education	≤ Middle school	15(45.5)	7(21.2)	7(21.2)	4(12.1)	$\chi^2 = 17.697$ df = 6 p = .007
		High school	15(16.0)	14(14.9)	50(53.2)	15(16.0)	
≥ College		8(11.6)	9(13.0)	36(52.2)	16(23.2)		
	Total	38(19.4)	30(15.3)	93(47.4)	35(17.9)		

정하다 43.4%로 답하였으며, 여름이 가장 많이 쓰인다고 답한 주부도 41.8%가 되었다.

식생활비의 예산계획은 주식만 한달계획으로 구입하고 부식은 적당히 구입하는 집단과 예산을 세우기는 하지만 실행이 잘 안되는 집단이 31.1%로 동일하게 나타났으며, 예산을 세우지 않는 집단이 29.1%인 반면, 반드시 예산을 세우는 주부는 5.6%로 조사되었다. 예산을 세우지 않는 비율은 1980년(유영상), 1985년(유영상·노정미)의 결과와 비교해 볼 때 크게 변하지 않음을 알 수 있었다. 한편 주부의 연령, 학력, 가족수, 월수입, 식비에 따른 유의적인 차이는 나타나지 않았다. 이는 예산을 세우지 않고 무계획적으로 식생활비를 쓰는 경향이 교육수준이 낮고 연령이 높은 집단에서 유의적으로 높다는 박영선(2000), 유영상·노정미(1995)의 보고와 차이를 보였으며, 이 집단의 비율이 29.1%로, 서울을 조사한 유영상·노정미(1995)의 결과 33.3%와 비슷하며, 도서지역을 조사한 박영선(2000) 보다는 크게 낮았다.

식생활비 예산을 세우지 않는 이유로는 습관이 되지 않아서가 38.8%로 가장 높게 나타났으며, 물가변동(18.9%), 수입의 불안정(13.8%) 등의 순으로 조사되었으며, 이는 장명숙·황재희(1984)의 보고와 일치하는 것으로 시대가 바뀌어도 예산을 세우지 않는 이유는 변하지 않았다.

가계부 작성 유무는 주부의 연령, 학력에 따라 유의적인

차이를 보인 반면, 가족수, 월수입, 식비에 따른 차이는 나타나지 않았다. 연령이 젊을수록, 학력이 높을수록 가계부를 작성하는 비율이 높게 조사되었다.

상황변수중 연령과 학력은 상관도가 높은 것으로( $p < 0.01$ ) 본 조사에 나타나, 즉 연령이 낮은 주부가 학력도 높게 나타나 이 두요인이 같이 유의적인 차이를 보인 것으로 설명할 수 있다. 이와같은 결과를 볼 때 학력이 낮고 연령이 높은 주부도 쉽게 활용하여 합리적인 식생활비 예산계획과 가계부 작성이 이루어질 수 있는 실천적인 방법을 모색하여야 하겠다.

## 2) 식품구입 관리

식품구입 관리 실태의 결과는 Table 3에 나타내었다.

식품구입 횟수는 이틀에 한 번씩이 36.3%로 가장 높게 나타났으며, 주 2회(20.9%), 매일(13.3%), 주 1회(9.2%) 순으로 조사되었다. 이는 현대선·김완수(1997)의 연구 결과와 비슷하며, 1980년 유영상의 연구 결과와 비교할 때 식품구입 횟수가 줄어든 경향을 볼 수 있다. 주부의 연령에 따라 식품구입 횟수에 유의적인 차이를 나타냈으나 가족수, 월수입, 식비에 따른 차이는 나타나지 않았다.

식품구입 장소는 슈퍼마켓이 49.0%로 가장 많이 이용되었으며 그다음 시장이 41.3%로 주부의 대부분이 슈퍼마켓과 시장을 이용함을 알 수 있다. 이는 1997년 대전(현대선

Table 3. Characteristics of food shopping management

N(%)

Characteristics		Everyday	Every two days	Twice a week	Once a week	Randomly	Remark		
Frequency of food shopping	Age	21 - 30	3( 9.7)	11(35.5)	11(35.5)	1( 3.2)	5(16.1)	$\chi^2 = 30.425$ df = 12 p = .002	
		31 - 40	12( 4.5)	30(36.1)	19(22.9)	6( 7.2)	16(19.3)		
		41 - 50	11(18.3)	26(43.3)	5( 8.3)	4( 6.7)	14(23.3)		
		> 50		4(18.2)	6(27.3)	7(31.8)	5(22.7)		
	Education	≤ Middle school	3( 9.0)	9(27.2)	5(15.2)	7(21.2)	9(27.2)	$\chi^2 = 12.413$ df = 8 p = .133	
	High school	15(16.0)	35(37.2)	17(18.1)	8( 8.5)	19(20.2)			
	≥ College	8(11.6)	27(39.1)	19(27.5)	3( 4.3)	12(17.4)			
Total		26(13.3)	71(36.2)	41(20.9)	18( 9.2)	40(20.4)			
Place for food shopping	Age	Traditional market	21 - 30	6(19.4)	23(74.2)	2( 6.5)	3(3.6)	$\chi^2 = 24.034$ df = 9 p = .004	
		Super market	31 - 40	27(32.5)	45(54.2)	8( 9.6)			
		Store	41 - 50	34(56.7)	22(36.7)	4( 6.7)	1(4.5)		
		A production center	> 50	14(63.6)	6(27.3)	1( 4.5)			
	Education	≤ Middle school	21(63.6)	10(30.3)			2(6.1)	$\chi^2 = 28.482$ df = 6 p = .006	
	High school	38(40.4)	42(44.7)	14(14.9)					
	≥ College	22(31.9)	44(63.8)	1( 1.4)		2(2.9)			
Total		81(41.3)	96(49.0)	15( 7.7)		4(2.0)			
Reason for the choice of food shopping place	Education	Quality	≤ Middle school	11(33.3)	18(54.5)	2( 6.1)	2(6.1)	$\chi^2 = 23.439$ df = 10 p = .009	
		Price	High school	48(51.1)	25(26.6)	6( 6.4)	10(10.6)		4(4.3)
		Time	≥ College	48(69.6)	18(26.1)		2( 2.9)		1(1.4)
	Monthly income (10,000Won)	Distance	< 100	14(43.8)	15(46.9)	3( 9.4)			$\chi^2 = 30.449$ df = 15 p = .010
		Habit	100 - 200	67(54.0)	39(31.5)	3( 2.4)	9( 7.3)	5(4.0)	
Good service		200 - 300	18(66.7)	7(25.9)		1( 3.7)	1(3.7)		
Remark		> 300	8(61.5)		3(23.1)	1( 7.7)	1(7.7)		
Total		107(54.6)	61(31.1)	6( 3.1)	14( 7.1)	7( 3.6)	1(0.5)		
Important considerations for selection of food	Education	Preference of family	≤ Middle school	3(39.4)	10(30.3)	1( 3.0)	8(24.2)	1(3.0)	$\chi^2 = 22.13$ df = 8 p = .004
		Finances	High school	40(42.6)	19(20.2)	7( 7.4)	27(28.7)	1(1.1)	
		Nutrition	≥ College	40(58.0)	4( 5.8)	13(18.8)	11(15.9)	1(1.4)	
		Food in right season	Total	93(47.4)	33(16.8)	21(10.7)	46(23.5)	3(1.5)	
	No considerations								

· 김완수)에서 조사된 슈퍼마켓 이용율과는 비슷하나, 시장 이용율(23.1%)은 진주에서는 높게 나타났다. 식품구입 장소는 주부의 연령과 학력에 따라 유의적인 차이를 보였으며, 이 두 요인이 연관성이 있으므로 학력이 높고 젊은 주부들에서 슈퍼마켓을 이용하는 경향이 높게 나타났다.

식품구입 장소를 선택하는 조건으로는 식품의 품질이 54.6%로 가장 크게 고려되었으며, 식품의 가격이 31.1%로 조사되어 구입 장소 선택시 품질과 가격이 주요 요인으로 나타났다. 주부의 학력에 따라 식품구입 장소 선택시 고려되는 요인에 유의적인 차이가 나타났다. 국졸과 중졸 집단의 경우 대다수(63.6%)가 가격이 우선 고려되었으나, 대졸 집단의 69.6%가 위생 등 품질이 식품구입 장소 선택시 우선 고려되

는 것으로 조사되었다. 또한 연령에 따라 유의적인 차이를 나타냈으며 이는 두 변수간의 상관관계가 있기 때문이다.

식품 선택시 중점적으로 고려되는 요인은 가족의 기호(47.4%), 체철식품(23.5%), 경제(16.8%), 영양(10.7%), 생각없이(1.5%) 순으로 조사되었으며, 주부의 학력에 따라 식품 선택시 고려하는 요인에 유의적인 차이를 나타냈다. 식품 선택시 국졸 집단의 50.0%가 경제를, 30.0%가 가족의 기호를 고려하고, 영양을 고려하는 사람은 없는 반면, 대졸 집단은 58.0%가 가족의 기호 18.8%가 영양을 5.8%가 경제를 고려하였다. 식품선택시 가장 고려 요인이 가족의 기호라는 결과는 서울지역의 보고들(김혜영 1987; 박윤정 1989)과 같으며 이는 한산도, 울릉도 도서지역(박영선 2000)과

Table 4. Characteristics of meal management

N(%)

Characteristics								
Number of meals taken all together per day	One	Two	Three	None				
	76(38.8)	81(41.3)	26(13.3)	13(6.6)				
Meal planning	Yes	No						
	18(9.2)	178(90.8)						
Cycle of meal planning	Every 1 - 2days	Every 3 - 5days	Every week	Every 10days				
	7(38.9)	3(16.7)	7(38.9)	1(5.5)				
Reasons not to plan meals	No need	No knowledge for	No time	Bothersome				
	83(46.9)	16(9.0)	25(14.1)	53(29.9)				
How to make meals if not planning	Foods preferences of family	Food materials at home	Food materials at the market	Foods for budget of that day	Not much consideration			
	51(28.7)	59(33.1)	60(33.7)	3(1.7)	5(2.8)			
Time for preparing meals a day	Less than one hour	1 - 2 hours	2 - 3 hours	3 - 4 hours	4 - 5 hours	More than 5 hours		
	4(2.0)	118(60.2)	48(24.5)	19(9.7)	4(2.0)	3(1.5)		

대전지역(구난숙 1995)을 조사한 연구의 맛이라는 결과와는 차이를 보였다. 이와 같이 영양을 고려하는 사람은 낮으며 가족의 기호가 크게 고려되는 것으로 볼 때 올바른 식습관으로부터 형성된 기호가 이루어지는 것이 필수적이다.

### 3) 식단관리

식단은 균형된 영양 섭취를 위하여 식사 계획을 세우는 것으로서, 어떤 식품을 선택하고 어느 정도의 분량을 공급해야 하며 어떤 방법으로 조리해야 하는가 하는 식생활 계획이 필요하다. 식단관리에 대한 결과로 식생활 관리자의 연령, 학력, 월수입, 가족수, 식비의 상황변수에 따라 식단관리 요소에 차이를 보이지 않은 것은 Table 4로 나타났다. 하루에 가족이 모두 모여 식사하는 횟수는 두 번(41.3%), 한 번(38.8%), 세 번(13.3%), 한 번도 없다(6.6%)의 순으로 나타났으며 연령, 학력, 가족수, 월수입, 식비에 따라 차이는 나타나지 않았다.

식단 작성 여부는 절대 다수의 주부가(90.8%)가 식단을 작성하지 않는 것으로 나타났으며, 이는 다른 보고들의 결과보다도 훨씬 높은 수치였다(박영선 2000; 고양숙 1986). 이는 지역적인 차이, 시대적인 차이로 기인된 것으로 생각된다. 식단을 작성하지 않는 이유로는 필요성을 못느낀다가 42.3%로 가장 크게 나타났으며, 그 다음이 귀찮아서, 시간이 없어서, 작성법을 몰라서 순으로 나타났다. 이 때 매일 식사는 시장에 나와 있는 재료를 보고 생각나는 대로(30.6%), 집에 재료가 있는 것으로(30.1%), 가족들이 좋아하는 것으로(26.0%), 생각없이(2.6%), 그 날 예산에 맞춰서(1.5%)순으로 조사되었다. 식단 작성하는 식생활관리자의 경우 식단을 1~2일 단위와 일 주일 단위가 똑같이 38.9%로 나타났으며, 3~5일 단위(16.7%), 10일 단위(5.5%)의 순으로 조사되었다.

식사를 준비하는 데 하루에 사용되는 시간은 1~2시간 정도(60.2%)가 가장 많았으며, 2~3시간이 24.5%로 대부분의 식생활관리자가 1~3시간 정도를 식사준비에 사용하고 있었다.

이상의 결과를 볼 때, 식단을 계획함으로써 식비 예산을 계획하고 실천할 수 있어 경제적이며, 시장에 매일 가지 않아도 되어 시간 소비를 줄일 수 있으며, 또한 가족들에게 건강을 위한 적절한 영양공급을 해 줄 수 있으며, 나아가서 올바른 식습관을 형성시킬 수 있는 식단계획의 이점 및 손쉽게 실천할 수 있는 방안에 대한 교육이 필요하다고 사료된다.

식생활관리자의 연령, 학력, 월수입, 가족수, 식비의 상황변수에 따라 식단관리에 차이를 보이는 것은 Table 5로 나타났다.

식사준비를 할 때 누구를 중심으로 생각하는가에 대하여 남편이 60.7%로 다수를 차지했고, 자녀가 29.1%, 시부모가 3.6%, 주부자신이 3.6%, 기타 2.6% 순으로 나타났다. 이는 장명숙·황재희(1984)의 결과와 유사하다. 그리고 주부의 연령과 가족수에 따라 식사준비시 중심으로 하는 사람에 차이를 보였는데 연령이 어릴수록, 식구가 적을수록 남편중심인 것을 볼 때 시간이 흘러도 진주지역에서는 가부장 중심적인 식생활은 변하지 않음을 알 수 있다.

식사준비시 가장 중요하게 생각하는 사항은 가족의 기호가 49.5%로 가장 많았으며 맛(21.9%), 영양(19.4%), 비용(19.4%), 조리시간(1.5%) 순으로 조사되었으며 학력, 월수입에 따라 차이를 나타냈다. 이는 두 변수끼리 서로 상관성이 있다( $p < 0.05$ ). 즉 학력이 높을수록 수입이 증가하는 경향이 높다. 학력이 높을수록 가족의 기호와 영양을 고려하는 것이 높게 나타났으며, 월수입이 적을수록 비용을 좀 더 고려하는 반면, 월수입이 높은 집단에서는 영양을 좀 더

Table 5. Characteristics of meal management

N(%)

Characteristics		Parents in-law	Husband	Children	Herself	Other	Missing value	Remark
Prior person in consideration of preparing meals	Age	21 - 30	1( 3.2)	24(77.4)	2( 6.5)	2(6.5)	2(6.5)	$\chi^2 = 29.318$ df = 15 p = .015
		31 - 40	1( 1.2)	54(65.1)	24(28.9)	2(2.4)	2(2.4)	
		41 - 50	2( 3.3)	28(46.7)	26(43.3)	3(5.0)	1(1.7)	
		> 50	3(13.6)	13(59.1)	5(22.7)		1(4.5)	
	Family size	1 - 2		17(85.0)	2(10.0)		1(5.0)	$\chi^2 = 27.138$ df = 10 p = .002
		3 - 4	1( 0.7)	84(62.2)	40(29.6)	6(4.4)	3(2.2)	
> 5		6(14.6)	18(43.9)	15(36.6)	1(2.4)	1(2.4)		
Total		7( 3.6)	119(60.7)	57(29.1)	7(3.6)	5(2.6)	1(0.5)	
Priority of consideration in preparing meals	Education		Cost	Preference	Nutrition	Cooking time	Taste	Remark
		≤ Middle school	7(21.2)	9(27.2)	4(12.1)	1(12.1)	12(36.4)	$\chi^2 = 27.923$ df = 8 p = .000
		High school	9( 9.6)	45(47.9)	18(19.1)		22(23.4)	
	≥ College	1( 1.4)	43(62.3)	16(23.2)		9(13.0)		
	Monthly income	< 100	6(18.8)	14(43.8)	5(15.6)		7(21.9)	$\chi^2 = 25.376$ df = 12 p = .013
		100 - 200	10( 8.1)	65(52.4)	20(16.1)		29(23.4)	
		200 - 300	1( 3.7)	12(44.4)	9(33.3)		5(18.5)	
		> 300		6(46.2)	4(30.8)	1(7.7)	2(15.4)	
	Total		17( 8.7)	97(49.5)	38(19.4)	1(0.5)	43(21.9)	

고려하는 경향이 높았다. 이러한 결과는 다른 연구 결과와 일치하였다(박윤정 등 1990; 홍성야·송병진 1992; 박영선 2000).

하루 밥 짓는 횟수는 2회가 58.2%로 가장 높았으며, 1회도 32.2%로 나타나 대부분의 식생활 관리자가 1~2회의 밥을 하는 것으로 조사되어, 1984년 장명숙·황재희의 결과와 비교할 때 2회 짓는 사람수가 줄어든 경향을 보였으며, 유영상·노정미(1995)의 수치와 거의 일치하였다. 그리고 연령에 따라 차이를 나타냈는데 20대의 경우 61.3%가 하루에 한번만 밥을 하며, 30세 이상의 주부들은 2번 하는 경우가 많은 것으로 조사되었다.

식사시 한끼의 반찬수는 3~4가지가 58.2%로 가장 높고, 5~6가지가 36.2%로 조사되었으며 연령에 따라 차이를 나타냈다. 21~40세의 주부는 3~4가지가 우세하며, 41세이상의 주부는 반찬수가 좀 더 많은 5~6가지를 준비하는 경우가 많았다. 이 결과를 볼 때 식생활관리자의 대부분이 반찬가지수는 3~6가지를 준비하고 있는 것으로 나타났다. 이때 반찬의 가짓수만이 식사 질을 좌우하는 것이 아니므로 균형잡힌 계획된 식단이 되도록 해야 할 것이다.

아침식사의 형태는 매일 밥을 먹는 경우가 82.7%로 가장 높게 나타났으며, 2-3일에 한번씩 빵을 먹는 경우가 6.6%이며, 아침을 먹지 않는 경우가 5.1%로 나타났다. 이는 영동 지역을 조사한 장명숙·황재희의 연구 결과와 비슷하나, 수원 지역을 조사한 송병진·홍성야의 결과보다는 높았다.

아침식사 형태는 연령, 가족수, 식비에 따라 차이를 나타냈는데 연령이 낮은 21~30세 집단에서 결식이 높았으며 또한 빵을 먹는 경우가 높게 나타났다. 가족수가 많을수록, 아침을 밥을 먹는 경향이 높으며, 가족수가 적을수록 아침을 먹지 않는 경우가 많았다. 식비 15만원이하인 그룹과 60만원 이상 사용하는 집단에서 빵을 매일 이용하는 주부가 많았다. 현대의 젊은 핵가족이 아침을 거르는 경우와 빵을 아침으로 먹는 경우가 높은 것으로 조사되었는데 이는 쌀 소비를 늘려야 하는 국가정책과 올바른 영양과 건강을 위해서 바람직하지 않으므로 이를 바로 잡을 수 있는 교육이 절실히 요망된다. 또한 한국의 전통 음식은 조리시간이 길기 때문에 쌀을 이용한 기호를 고려한 간편한 음식을 개발하여 아침식사로 이용을 할 수 있어 쌀의 소비를 촉진시킬 수 있는 식생활 개선책을 마련해야 할 것이다.

후식으로 사용되는 식품은 과일이 81.1%로 대부분을 차지하며 학력에 따라 차이를 보이는 데, 국졸의 주부는 과일을 사용하는 경우가 30.0%로 다른 집단에 비하여 훨씬 낮았다. 주부의 77.6%가 식사준비시 가족들의 좋은 식습관 형성을 고려한다고 조사되었으며 한달 식비에 따라 차이를 보였다. 식사준비시 가족들의 좋은 식습관형성을 고려하는 주부는 월식비 15만원이하인 집단에서 낮게 나타났다.

#### 4) 외식 및 기타 식생활관리

식생활 관리자의 연령등 상황변수에 따라 외식 및 기타

Table 5. Continued

Characteristics		Once a day	Two times a day	Three times a day	Once every 2-3day	Remark		
Frequency of cooking rice	Age	21-30	19(61.3)	9(29.0)	1(3.2)	$\chi^2 = 31.080$ df = 9 p = .000		
		31-40	17(20.5)	59(71.1)	7(8.4)			
		41-50	20(33.3)	33(55.0)	7(11.7)			
		> 50	7(31.8)	13(59.1)	2(9.1)			
		Total	63(32.1)	114(58.2)	17(8.7)		2(1.0)	
Number of dishes per meal	Age	1-2	3-4	5-6	7-8	> 9	$\chi^2 = 28.002$ df = 12 p = .006	
		21-30	20(64.5)	11(35.5)				
		31-40	60(72.3)	22(26.5)	1(1.2)			
		41-50	1(1.7)	27(45.0)	27(45.0)	4(6.7)		1(1.7)
		> 50	2(9.1)	8(36.4)	11(50.0)	1(4.5)		
	Total	3(1.5)	115(58.7)	71(36.2)	6(3.1)	1(0.5)		
Breakfast	Age	Rice everyday	Bread everyday	Bread once every 2-3days	Bread once a week	No food	$\chi^2 = 23.204$ df = 12 p = .026	
		21-30	20(64.5)	1(3.2)	3(9.7)	1(3.2)		6(19.4)
		31-40	67(80.7)	3(3.6)	6(7.2)	4(4.8)		3(3.6)
		41-50	56(93.3)		2(3.3)	1(1.7)		1(1.7)
		> 50	19(86.4)	1(4.5)	2(9.1)			
	Family size	1-2	8(40.0)	1(5.0)	5(25.0)	2(10.0)	4(20.0)	$\chi^2 = 34.161$ df = 8 p = .000
		3-4	114(84.4)	4(3.0)	7(5.2)	4(3.0)	6(4.4)	
		> 5	40(97.6)		1(2.4)			
	Monthly food cost	<15	8(50.0)	2(12.5)	2(12.5)		4(25.0)	$\chi^2 = 41.330$ df = 16 p = .000
		15-30	62(86.1)	1(1.4)	2(2.8)	3(4.2)	4(5.6)	
	30-45	44(86.3)		4(7.8)	2(3.9)	1(2.0)		
	45-60	37(94.9)		2(5.1)				
	> 60	11(61.1)	2(11.1)	3(16.7)	1(5.6)	1(5.6)		
	Total	162(82.7)	5(2.6)	13(6.6)	6(3.1)	10(5.1)		
Dessert	Education	Fruits	Cake, cookies	Drinks	None	Remark		
		≤ Middle school	23(69.7)	2(6.1)	3(9.1)	5(15.2)	$\chi^2 = 12.859$ df = 6 p = .043	
		High school	80(85.1)	3(3.2)	4(4.3)	7(7.4)		
		≥ College	56(81.2)	5(7.2)	4(5.8)	4(5.8)		
	Total	159(81.1)	10(5.1)	11(5.6)	16(8.2)			
Consideration good food habits of family while preparing foods	Monthly food cost	Yes	No	Remark				
		<15	8(50.0)	8(50.0)	$\chi^2 = 17.321$ df = 4 p = .002			
		15-30	55(76.4)	17(23.6)				
		30-45	46(90.2)	5(9.8)				
		45-60	26(66.7)	13(33.3)				
	> 60	17(94.4)	1(5.6)					
	Total	152(77.6)	44(22.1)					

식생활관리 요소에 차이를 보이는 것은 Table 6로 나타냈으며, 차이를 보이지 않는 것은 Table 7로 나타냈다.

외식횟수는 한달에 2~3번이 28.6%이며, 행사 있을 때만이 25.5%, 한달에 한번이 18.4%로 조사되었다. 또한 학력에 따라 차이를 나타냈으며 국졸과 중졸 집단에서는 50%가 외식을 전혀하지 않는 반면, 대졸 집단에서는 외식

의 횟수가 다른 집단에서보다 자주하는 경향을 보이고 있다. 또한 월수입이 많을수록 외식의 빈도가 높게 나타나는 경향을 보였다. 본 결과는 박경복(1996)의 결과의 한달에 1~3번이 43.7%, 일년에 1~3번이 18.3%와 유사하며, 강원 농촌지역을 조사한 김은실(1995)의 결과보다는 높게 나타났다.

한 번의 외식가격으로는 2~4만원이 40.1%이며 4~6만원이 28.8%로 대부분 가정이 2만원에서 6만원을 쓰고 있었다. 이는 전북지역을 조사한 이경자(1991)의 보고 평균

외식비 30,573원과 유사하며 서울지역을 조사한 이윤금, 양세정의 보고 결과보다는 낮았다. 외식 가격은 연령, 학력, 가족수, 월수입에 따라 차이를 나타냈다.

**Table 6.** Characteristics of other meal management

N(%)

Characteristics		Once a meal	Once a day	3-4 times a week	Never
Frequency of using instant foods		6( 3.1)	15( 7.7)	103(52.6)	72(36.7)
Reason for using instant foods	Convenience	147(89.1)			
	Sanitation		2( 1.2)	15( 9.1)	1( 0.5)
Do you use healthy foods?	Yes	87(44.6)			
	No		108(55.4)		

**Table 7.** Characteristics of other meal management

N(%)

Characteristics		4-2 times a month	Once a month	Once per 2-3 months	Event days	Never	Remark	
Frequency of eating out	≤ Middle school	4(12.1)	5(15.2)	2( 6.1)	15(45.5)	7(21.2)	$\chi^2 = 40.021$ df = 8 p = .000	
	High school	27(28.7)	19(20.2)	14(14.9)	22(23.4)	12(12.8)		
	≥ College	41(59.4)	12(17.4)	2( 2.9)	13(18.8)	1( 1.4)		
	Total	16(8.2)	56(28.6)	36(18.4)	18(9.2)	50(25.5)		20(10.2)
Age	< 20,000		20,000-40,000	40,000-60,000	60,000-80,000	> 80,000	Remark	
	21-30	8(25.8)	17(54.8)	5(16.1)	-	1( 3.2)		
	31-40	15(19.5)	38(49.4)	19(24.7)	3( 3.9)	2( 2.6)		
	41-50	10(19.2)	12(23.1)	21(40.4)	6(11.5)	3( 5.8)		
	> 50	3(17.6)	4(23.5)	6(35.3)	2(11.7)	2(11.9)		
Cost for eating out	≤ Middle school	4(12.1)	7(21.2)	9(27.3)	2( 6.1)	4(12.1)	$\chi^2 = 18.232$ df = 8 p = .0196	
	High school	17(20.5)	30(36.1)	27(32.5)	8( 9.6)	1( 1.2)		
	≥ College	15(22.1)	34(50.0)	15(22.1)	1( 1.5)	3( 4.4)		
Family size	1-2	4(21.1)	12(63.2)	3(15.8)	-	-	$\chi^2 = 28.415$ df = 10 p = .002	
	3-4	31(25.0)	51(41.1)	31(25.0)	6( 4.8)	5( 4.0)		
	> 5	1( 2.9)	8(23.5)	17(50.0)	5(14.7)	3( 8.8)		
Monthly income	< 100	12(50.0)	3(12.5)	7(50.0)	1( 4.2)	1( 4.2)	$\chi^2 = 27.705$ df = 12 p = .006	
	100-200	20(17.2)	54(48.0)	31(26.7)	8( 6.9)	3( 2.6)		
	200-300	2( 8.0)	12(48.0)	7(28.0)	1( 4.0)	3(12.0)		
	> 300	2(15.4)	2(15.4)	6(46.2)	1( 7.7)	1( 7.7)		
Did you reduce food expenditure after IMF?	Monthly income	< 100		26(81.3)	6(18.8)		$\chi^2 = 7.856$ df = 3 p = .0482	
		100-200		85(68.5)	39(31.5)			
		200-300		15(55.6)	12(44.4)			
		> 300		6(46.2)	7(53.8)			
	Total		132(67.3)	64(32.7)				
Which foods did you reduce after IMF?	Education	Staple foods	Meats or fish	Vegetables	Milk and dairy products	Fruit	Remark	
		≤ Middle	2(15.4)	9(27.3)	1(3.0)	6(18.2)		7(21.2)
		High school	4( 5.1)	39(49.4)	-	10(12.7)		26(32.9)
		≥ College	5( 9.3)	29(53.7)	-	4( 7.4)		16(29.6)
	Total	11( 7.0)	77(48.7)	1(0.6)	20(12.7)	49(31.0)		



**Table 8.** Relationship between general characteristics of subjects and nutrition knowledge

Characteristics	Nutrition knowledge	Remark	
Education	Elementary	6.40 ± 2.46 <sup>c</sup>	
	Middle school	5.87 ± 1.58 <sup>c</sup>	F = 12.463
	High school	7.22 ± 1.83 <sup>b</sup>	p = 0.000
	College	8.19 ± 1.45 <sup>a</sup>	
Total	7.36 ± 1.86		

1) Mean ± SD

a, b, c : values with different alphabets are significantly different by Duncan's multiple range test

인스턴트 식품 이용 횟수로는 일주일에 3~4가지 정도로 가끔 이용한다가 52.6%이며, 거의 이용하지 않는다가 36.7%로 나타나듯이 자주 이용하는 편이 아니었다. 인스턴트 식품 사용 이유는 식생활 관리자의 75%가 간편해서 인스턴트 식품을 사용하는 것으로 조사되었다. 인스턴트 식품 이용 빈도와 사용이유는 상황변수에 따른 유의적인 차이를 나타내지 않았다. 이 결과는 서울지역의 주부들을 조사한 보고와 유사하다(오혜숙·윤고희 1995).

주부의 55.1%가 건강식품을 사용하는 것으로 나타났으며, 연령등 상황변수에 따른 차이를 보이지 않았다. 주부의 과반수 이상이 건강식품을 이용하는 것으로 조사되었으므로 건강식품에 대한 올바른 인식이 이루어져야 하겠다.

IMF이후 식비를 줄이십니까에 대해 67.3%가 예로 답하였으며 이는 연령, 학력, 가족수, 월식비에 따라 차이를 보이지 않았으나 월수입에 따라 차이를 나타냈다. 월수입이 100만원이하 집단의 81.3%가 IMF이후 식비를 줄이는 것으로 다른 집단과 차이를 나타냈다.

IMF이후 줄이고 있는 식품의 종류로는 육류, 어패류가 48.7%로 가장 많았으며, 과일류 31.0%, 우유 및 유제품이 12.7%를 차지하였다.

1999년 서울지역을 조사한 이진영·이혜연의 연구결과에 육류, 어패류, 과일류의 소비 구매량이 가장 감소폭이 크게 나타난 것과 일치하였다. 이는 이들 식품들의 가격이 높아 쉽게 식비를 낮출 수 있는데 기인한 것 같다. 그러므로 자기가 살고 있는 지역에서 쉽게 구입할 수 있는 값싸고 영양이 풍부한 우수한 식품에 대한 교육이 필요하다.

### 5) 영양 지식 및 정보

영양 지식에 관한 10개의 설문에 올바르게 답한 평균 점수는 7.36으로 학력에 따라 집단의 현저한 차이를 나타냈다. 국졸과 중졸 집단에서는 차이를 보이지 않았으나 그의 집단에서는 집단간의 차이를 나타냈다. 영양지식의 평균점수는 서울을 조사한 박수정·이윤희(1998)의 결과보다 조

금 낮게 나타났으나, 1990년(유희정·송경희)의 점수보다는 높게 나타났다. 또한 영양지식은 교육정도와 밀접한 관계를 보이는 여러 보고들(장명숙·황재희 1981; 유희정·송경희 1990)과 일치하였다.

식생활에 관한 정보를 습득하는 주요 방법으로 책, 신문, 잡지의 이용이 36.2%이었으며 라디오, TV가 29.1%, 친구, 친척, 이웃을 통한 방법이 27.0%로 조사되었다. 식생활 발전을 위해 해결되어야 할 점으로 어린이들의 올바른 식습관 형성이 58.2%로 가장 높았으며, 마스크를 통한 영양교육도 13.8%를 차지한 것으로 볼 때, 많은 식생활 관리자들에게 올바른 식습관 형성을 위한 영양교육을 책, 신문, 잡지 및 라디오, TV등 대중매체를 통해 이루어지도록 교육자 및 정부가 함께 정확하고 구체적인 영양지식 및 식생활관리에 관한 프로그램을 개발하도록 하는 것이 시급한 과제이다.

## 요약 및 결론

진주시내 아파트에 거주하는 주부의 식생활관리 및 영양 지식에 관한 조사결과는 다음과 같다.

- 1) 한달의 식생활비는 15~30만원이 가장 많은 비율을 차지하였으며 또한 식생활비는 사계절이 일정하다가 가장 높게 나타났다.
- 2) 식생활비의 예산 계획은 반드시 예산을 세우는 가정이 5.6%인 반면 예산을 세우지 않는 가정이 29.1%로 나타났다. 식생활비 예산을 세우지 않는 이유로는 습관이 되지 않아서가 주요 요인으로 조사되었다. 이 사항들은 식생활관리자의 연령, 학력, 가족수, 월수입, 식비에 따라 차이를 나타내지 않았다.
- 3) 가계부 작성은 학력이 높고 연령이 젊을수록 가계부를 작성하는 비율이 높게 조사되었다.
- 4) 식품구입 횟수는 이틀에 한번이 가장 많았으며, 구입장소로는 슈퍼마켓을 가장 많이 이용하였으며 구입장소를 선정하는 조건으로는 식품의 품질이 가장 크게 고려되었다. 식품 선택시 고려되는 요인은 가족의 기호가 가장 크게 나타났으며 식생활관리자의 학력에 따라 차이를 나타냈다.
- 5) 절대 다수의 식생활관리자인 90.8%가 식단을 작성하지 않았으며, 필요성을 못느끼는 것으로 조사되었다. 이때 식사는 시장에 나와 있는 재료를 보고 생각나는대로 하거나 집에 재료가 있는 것으로 하는 것으로 조사되었다.
- 6) 식사준비시 남편을 중심으로 생각하는 식생활관리자가 가장 많았으며, 이때 연령과 가족수에 따라 차이를 보였다. 하루 밥짓는 횟수는 2회가 가장 높게 조사되었으며 연령에 따라 차이를 나타냈다. 식사시 한 끼의 반찬수는 3~

4가지가 가장 높게 나타났으며 아침식사로 매일 밥을 먹는 경우가 가장 높게 나타났으나 식생활관리자의 연령에 따라 차이를 나타냈다.

7) 외식횟수는 한달에 2~3번이 가장 높게 나타났으며, 외식가격은 2~4만원이 가장 많이 조사되었다. IMF이후 대다수가 식비를 줄이고 있었으며, 가장 많이 줄이는 식품으로는 육류, 어패류로 조사되었다.

8) 영양지식에 관한 10개 설문에 평균점수는 7.36으로 학력에 따라 현저한 차이를 나타냈으며, 식생활에 관한 정보는 책, 신문, 잡지, 라디오, TV를 많이 이용하였다.

식생활관리자의 의식구조는 가족의 식품 섭취에 영양을 미치므로 이 의식구조가 빠르게 정립되어야 국민의 건강을 유지할 수 있다. 따라서 합리적인 식생활비 예산계획과 식단의 필요성을 인지시키며 이를 일반가정에서 쉽게 실용화할 수 있는 교육 프로그램을 개발해야 하겠다.

또한 식품선택과 식사준비를 할 때 가족의 기호를 가장 많이 고려하므로 영양면에서 균형잡힌 식사가 이루어질 수 있는 올바른 식습관의 형성과 식단의 중요성을 인식시키며 식단 작성요령과 함께 쉽게 사용할 수 있는 프로그램이 개발되어야 하겠다.

교육의 매체는 책, 신문, 잡지, 라디오, TV, 컴퓨터의 대중매체를 이용하는 것이 효과적이며, 교육수준, 연령, 가계 소득에 따라 차이를 나타내므로 연령과 교육의 정도, 지역적인 특성을 고려한 영양교육 및 식생활관리 교육 프로그램의 개발과 경제 소득에 따른 여러 가지 식품계획과 그에 따른 메뉴개발이 함께 이루어져야 하겠다. 이를 위해 교육자 및 정부가 함께 노력하며 지역사회에 있는 식품영양전공자들의 활동으로 대중화를 이루어지도록 하여 국민의 건강증진과 체위향상이 이루어져야 하겠다.

### 참고 문헌

구난숙(1995) : 대전지역 대학생들의 한국 전통 음식에 대한 인식 및 기호도 조사. *한국식생활 문화학회지* 10(4) : 357-367  
 교양숙(1986) : 제주지역 주부들의 식생활태도에 관한 연구. *제주대학교 논문집* 22권 : 229-239  
 김은실(1995) : 강원지역 농촌주부들의 전통 식생활 관리 현황에 관한 실태조사. *한국조리과학회지* 11(4) : 342-350  
 김혜영(1987) : 주부들의 영양교육을 위한 사전 연구. *대한 가정학회지* 25(2) : 55-68

류은순·강현주(1993) : 부산지역 주부들의 식생활 태도에 대한 조사 연구. *보건과학연구소 제3집* 82-92  
 박경복·김정숙·한재숙·허성미·서봉순(1996) : 급식교와 비급식교 아동의 식생활습관에 관한 비교 연구. *한국식문화학회지* 11(1) : 23-35  
 박수정·이윤희(1998) : 대중매체가 영양지식과 식행동에 미치는 영향. *동아시아식생활학회지* 8(2) : 137-146  
 박영선(2000) : 도서 지역 주부의 식생활 관리 태도에 영향을 미치는 요인. *대한가정학회지* 38(2) : 131-147  
 박윤정·조신희·이효지(1990) : 식품에 대한 지식이 조리방법에 미치는 영향에 관한 조사연구. *한국조리과학회지* 6(1) : 41-52  
 오혜숙·윤교희(1995) : 서울지역 주부들의 건강과 관련된 의식구조. *한국식문화학회지* 10(3) : 185-200  
 유영상(1980) : 식생활관리 실태에 관한 연구. *대한가정학회지* 18(1) : 53-66  
 유영상·노정미(1995) : 서울지역 주부들의 식생활관리 실태 조사 연구. *동아시아식생활학회지* 5(3) : 263-286  
 이정자(1991) : 전북지역 주부들의 식생활 관리 실태에 관한 조사연구. *한국식문화학회지* 6(4) : 403-411  
 이윤금·양세정(1999) : 식생활비 지출규모와 가계의 사회경제적 특성간의 관계 분석. *한국생활과학회지* 8(1) : 63-79  
 이진영·이혜임(1999) : IMF시대의 식생활 소비패턴에 관한 연구. *한국식생활문화학회지* 14(4) : 333-352  
 장명숙·황재희(1984) : 영동지역 주부들의 식생활관리 및 영양지식에 관한 실태조사. *한국영양식품학회지* 13(4) : 389-396  
 정용선(1993) : 소득향상과 사료품비의 변화. *소비자학연구* 4(1) : 59-73  
 홍성야·송병진(1992) : 수원지역 식생활 태도에 관한 연구. *한국조리과학회지* 8(1) : 49-56  
 현기순(1999) : 식생활 관리학, 교문사  
 현태선·김환수(1997) : 일부 도시 주부들의 수입농산물과 유기농산물에 대한 인식 및 소비실태조사. *지역사회영양학회지* 2(1) : 74-85  
 Abdel-Ghany M, Schrimper R(1978) : Food consumption expenditures and education of the homemaker. *Home Economics Research Journal* 6(4) : 283-292  
 Chen Y, Chu K(1982) : Household expenditure patterns : the effect of age of family head. *The Journal of Family Issues* 3(3) : 233-250  
 Dardis R, Derrick F, Leheld A(1981) : Clothing demand in the United States : A cross-sectional analysis. *Home Economics Research Journal* 10(3) : 212-222  
 Eckstein(1980) : Food, People and Nutrition AVI, pp.211-216  
 Foster A(1986) : Wife's education and family food expenditures. In Proceedings of the American Council of Consumer Interests' Annual Conference, pp.192-195  
 Kinder F(1965) : Meal management, New York The Macmillan company  
 Ritzmann LJ(1982) : Household size and prices paid for food. *Family Economics Review* 4(1) : 27-31