

미국 Texas 일부 지역에 거주하는 한국 유학생 부인들의 식생활습관에 관한 연구

김은실 · 송청락 · 정복미* · 심영자**

한림정보산업대학 관광외식조리과, *여수대학교 식품영양학과, **Food Protein
Research and Development Center, Texas A&M University

Research on the Food Habits of Housewives of Korean Students Residing in a Southern Region of Texas, U.S.A.

Eun-Sil Kim, Chung-Rak Song, Bok-Mi Jung* and Young-Ja Sim**

Department of Tourism Food Service Cuisine, Hallym College, Chuncheon 200-850, Korea

**Department of Food Science and Nutrition, Yosu National University, Yosu 550-749, Korea*

***Food Protein Research and Development Center, Texas A & M University, U.S.A.*

ABSTRACT

The purpose of this study was to research on the preparing fermented foods and food habits of Korean women in Texas U. S. A.

The preparing method of fermented foods and food habits of Korean housewives whose husbands are studying at the various universities in Houston, Texas are surveyed.

The analysed results indicated were as follows ;

1. 64.4% of women were in the thirties at their age, those in twenties 29.7%. 75.2% of subject graduated college. Period of residence in America were 52.5% under 3yr, 25.7% over 5yr. The respondents were aged twenties(29.7%) to thirties(64.4%) who have graduated from college(75.2%) or graduate school(24.8%) and have had the residence period of less than three-(52.5%) to more than five years(25.7%).
2. The kind of cuisine chosen for dinner were Korean style food. The most considerable person when preparing menu were husband. 48.51% of those in age were 30~39yr($p<0.1$). 60.40% of the response graduated college($p<0.1$). The Korean-style foods overwhelmed over western ones in their frequency for dinner(82.2% vs. 17.8%). The person most considered for choosing menu was their husbands as responded by the majority groups of aged thirties(48.5%), college graduates(60.4%) and residence period of less than three years(42.6%). They satisfied comparatively when they prepared the meal ($p<0.1$). 55.4% of the response learned cooking method from neighbor, 39.6% of remainder studied from cuisine book, newspaper, magazine, TV. They satisfied comparatively for the preparation of the meal(56.4%) and have learned the new methods of cooking from neighborhoods(55.4%) or cuisine book, newspaper, magazine and TV(39.6%).

3. The frequency of eating-out mostly had once a month. 30.69% of response were 30~39yr($p<0.05$). 33.66% of subjects lived under 3yr in America. The frequency of eating-out mostly had once a month. 30.69% of response were 30~39yr($p<0.05$). 33.66% of subjects lived under 3yr in America. Eating-out once a month occupied 30.7, 33.7, and 20.7% of the selected group of aged thirties, college graduates, and residence periods of less than three years, each respectively. The type of food selecting eating-out were western style. 38.31% of them were 30~39yr($p<0.01$). 39.60% of them graduated college($p<0.01$). 29.70% of them lived under 3yr in America. For eating-out menu, the western-style foods were most favored by the groups of aged thirties(38.3%), college graduates(39.6%), and residence periods of less than three years(29.7%).
4. 50.5% of subject had beef once three days, 23.8% of the response had pork once two weeks, 27.7% of subject ate chicken once two weeks, 34.7% of the response enjoyed fish once a week. Eating animal foods once three days for beef(50.5%), once two weeks for pork(23.8%) and chicken(27.7%), and once a week for fish(34.7%) were most frequent.
5. Korean traditional fermented food were mostly enjoyed in order of kanjang (91.1%), kochujang(87.2%), fermented fish(85.1%), deonjang(81.2%), jang-a-chi(76.2%). 81.2% of subject used prepared-food by themselves. 56.4% of response made kimchi at home. Among Korean traditional fermented foods, kimchi(56.4%) and prepared side dishes(81.2%) were provided at home while kanjang(91.1%), kochujang(87.2%), fermented fish(85.1%), deonjang(81.2%), and jang-a-chi(76.2%) were mostly purchased from stores.

Key words: America, Korea, food habit, fermented food, meats.

I. 서 론

인간은 정착지를 찾아 이동할 때 우선 식량을 얻을 수 있는 곳에 머물렀고, 보다 좋은 식량을 얻고자 다시 이동하다가 정착생활을 하면서 식량생산을 증산하였으며, 좋은 음식 만드는 법을 개발하면서 생활을 풍요롭게 하였다. 그러면서 한 민족의 음식 문화는 발전되었다¹⁴⁾. 그 지역의 음식문화는 한 지역에서 독특하게 개발한 음식 문화이고, 그 지역의 여건에 순응하면서 개발한 것이며, 그 지역의 정치, 경제, 문화 변천의 영향을 받으며 이루어진 것이 그 지역의 음식문화이다. 이런 음식문화는 인간의 식습관에 많은 영향을 미치게 되는데 인간의 식습관은 일반적으로 식품사, 민속학, 문화 인류학 등의 관점에서 조사되고 있으며, 이런 식습관은 인간이 후천적으로 형성한 생활 양식으로써 어떤 집단의 구성원에 의하여 공유되어 있는 식생활 중에 존재하는 습관이며 모든 집단 속의 개인으로써 사회적, 문화적 영향에 대응해서 공급이 가능한 식품의 적당량을 선택 섭취하고 이용함으로써 형성된다. 이러한 식습관은 지역의 변화에 따라서도 잘 변화하지 않는다¹⁾. 그리고 다른 환경에서 새로운 언어를 익히며 지내야 하는 외국 생활에서 한국인들의 한국음식 섭취는 한국문화와 연결되

는 방법이고 안정감과 만족감을 갖게 된다⁹⁾. 시대의 변화에 따라 한국인들의 해외에서 생활이 급속히 증가하므로 인하여 해외에서의 한국인 식생활과 관련된 연구가 많이 이루어졌다⁸⁾. 그러므로 본 연구에서는 미국 텍사스주에 거주하는 일부 한국인 유학생 부인들의 식생활 전반적인 습관과 미국에서의 발효음식이용현황, 수조육류 및 생선류의 섭취현황, 외식형태에 대한 조사를 실시하여 보고하고자 한다.

II. 연구방법

1. 조사대상 및 기간

본 연구는 미국의 텍사스주 휴스턴 근처에 살고 있는 한국인 유학생의 부인을 대상으로 실시하였고, 조사 방법은 직접 방문하여 면담형태로 이루어졌다. 조사기간은 2001년 9월부터 12월까지 실시하였고, 총 120명에게 직접 질문하여 100% 회수한 자료를 사용하였다.

2. 조사내용

본 연구에 사용된 설문지는 본 연구자들에 의해 작성된 설문 문항과 타 연구와의 설문 문항 중에서 본 연구에 맞도록 재구성하여 작성하였고, 조사 내용은 다음과 같다.

첫째, 조사 대상자들의 일반 사항으로 연령, 학력, 거주기간, 직업유무, 가족구성을 조사하였다.

둘째, 식습관 평가를 위해 주로 식사를 준비하는 저녁의 식사형태, 식생활에 대한 전반적인 현황, 외식 빈도를 질문하였다.

셋째, 발효음식 이용현황, 수조육류 및 생선류의 섭취 현황에 대해 조사를 하였다.

3. 자료처리 방법

본 연구에 조사된 자료는 SPSS program을 이용하여 통계 처리하였고, 연령, 교육수준, 미국 거주 기간에 따른 각 문항에 대한 유의성은 χ^2 -test로 검증하였다.

III. 결과 및 고찰

1. 일반 사항 조사

본 연구에 조사된 일반사항은 <Table 1>과 같다. 연령 30~39세 64.4%, 20~29세 29.7%, 40세 이상 5.9%였고, 교육정도는 대학 75.2%, 대학원 24.8%였다. 직업은 없다 88.1%, 있다 11.9%로 나타났고 미국 거주기간은 3년 이하 52.5%, 5년 이상 25.7%, 3~5년 21.8%가 답하였다. 가족구성은 부부와 한 자녀 36.6%, 부부와 두 자녀 34.7%,

부부 25.7%, 기타 3.0%였다.

<Table 1> Classification of the objects

Classification	Group	N(%)
Age	20~29 years	36(29.7)
	30~39 years	77(64.4)
	40 years	7(5.9)
Educational level to complete	College	90(75.2)
	Graduate school	30(24.8)
Job	Yes	14(11.9)
	No	106(88.1)
Period of residence in U.S.A.	Under 3 years	63(52.5)
	3~5 years	26(21.8)
	Over 5 years	31(25.7)
Family member	Husband & wife	31(25.7)
	Husband, wife & one child	44(36.6)
	Husband, wife & two children	41(34.7)
	Etc	34(3.0)

2. 식생활 형태

1) 저녁에 먹는 식생활형태

저녁에 먹는 식사형태에서(Table 2) 한식은 연령 30~39세 52.48%, 20~29세 24.75%, 교육정도는 대졸 64.30%, 대학원졸 17.82%, 미국에서 거주기간에 따라 3년이 하 46.53%, 5년 이상 18.81%가 먹는다고 답하였다. 변의 연구에서 식사유형은 한식이 60.3%로 가장 많았고 다음은 절충식 양식 2.9%, 중국식 0.3%였다¹⁰⁾. 한식의 시간대는 저녁 76.8%로 가장 많은 가정에서 실시하였고, 박의 연구에서는 한식의 비율이 아침 57.4%, 점심 49.4%, 저녁 78.2%로 조사되었다⁹⁾. 조사대상자의 대부분이 유학생들이므로 아침에는 시간이 없어 걸르거나 우유로 식사를 대신하고 예비조사에서 주로 세 끼 중에서 저녁을 준비하여 먹는 것으로 나타났다. 김의 연구에서 가장 중요하다고 생각하는 식사는 저녁이었다. 이는 본 연구 결과와 일치하는 것으로 나타났다⁴⁾. 발효 음식을 집에서 담근다고 답한 경우는 김치 56.4%, 마른반찬 81.2%, 구입하여 먹는다는 간장 91.1%, 된장 81.2%, 고추장 87.2%, 장아찌 76.2%, 젓갈 85.1%로 나타났다¹⁰⁾.

2) 식단을 준비할 때에 가장 고려하는 사람

음식을 준비할 때에 남편을 가장 고려하는 경우(Table 3) 연령에서 30~39세 48.51%, 20~29세 23.76%($p<0.1$), 교육정도에서는 대학졸 60.40%, 대학원졸 14.85%, 미국

〈Table 2〉 The kind of cuisine chosen for dinner

Classification	Description	Korea	Western	Total	χ^2
Age	20~29 years	25(24.75)	5(4.95)	30(29.70)	0.05
	30~39 years	53(52.48)	12(11.88)	65(64.36)	
	Over 40 years	5(4.95)	1(0.99)	6(5.94)	
	Total	83(82.18)	18(17.82)	101(100.00)	
Educational level to complete	College	65(64.36)	11(10.89)	76(75.25)	2.35
	Graduate	18(17.82)	7(6.93)	25(24.75)	
	Total	83(82.18)	18(17.82)	101(100)	
Period of residence in U.S.A.	Under 3 years	47(46.53)	6(5.94)	53(52.48)	3.36
	3~5 years	17(16.83)	5(4.95)	22(21.78)	
	Over 5 years	19(18.81)	7(6.93)	26(25.74)	
	Total	82(82.18)	18(17.82)	101(100.00)	

〈Table 3〉 The person most considered in preparing menu

Classification	Description	Husband	Children	Self	Others	Total	χ^2
Age(years)	20~29	24(23.76)	0(0.00)	3(2.97)	3(2.97)	30(29.70)	11.51*
	30~39	49(48.51)	11(10.89)	3(2.97)	2(1.98)	65(64.36)	
	Over 40	3(2.97)	2(1.98)	0(0.00)	1(0.99)	6(5.94)	
	Total	76(75.25)	13(12.87)	6(5.94)	6(5.94)	101(100)	
Educational level to complete	Collage	61(60.40)	9(8.91)	2(1.98)	4(3.96)	76(75.25)	7.17*
	Graduate	15(14.85)	4(3.96)	4(3.96)	2(1.98)	25(24.75)	
	Total	76(75.25)	13(12.87)	6(5.94)	6(5.94)	101(100.00)	
Period of residence in U.S.A.(years)	Under 3	43(42.57)	4(3.96)	2(1.98)	4(3.96)	53(52.48)	10.31**
	3~5	17(16.83)	2(1.98)	1(0.99)	2(1.98)	22(21.78)	
	Over 5	16(15.84)	7(6.93)	3(2.97)	0(0.00)	26(25.74)	
	Total	76(75.25)	13(12.87)	6(5.94)	6(5.94)	101(100.00)	

*P<0.1, **P<0.05.

에서 거주기간에 따라서는 3년 이하 42.57%, 3~5년 16.83%, 5년 이상 15.84%였다 (p<0.05). 변의 연구에서 식사를 준비할 때 가장 고려하는 사람은 남편 63.6%, 자녀 17.2%였다¹⁰⁾. 대부분이 남편 위주의 음식을 준비하는 식생활을 하고 있으며 본 연구 결과와 일치하였다.

3) 식사준비에 대한 본인의 태도

식사준비에 대한 본인의 태도는(Table 4) '보통이다(usual)'로 답한 경우는 연령에서

30~39세 39.60%, 20~29세 14.85%($p<0.1$), 교육수준 정도에서는 대학 41.58%, 대학원 졸 14.85%, 미국에서 거주기간 3년 이하 27.72%, 3~5년 16.83%였다($p<0.1$). 김⁷⁾의 연구에서 한국 주부들의 식사준비는 43.7%가 보통이다, 31.3%는 귀찮지만 의무라고 생각한다, 즐겁다는 15.7%였다. 다른 연구에서는 대부분 보통이다라는 응답을 하였다⁶⁾. 대부분의 주부들이 음식을 준비하는 일이 아주 즐거운 일은 아니라는 결과가 나왔고, 본 연구와 비슷한 경향을 나타내었다.

<Table 4> The principal attitude for preparing foods

Classification	Description	Obligatory	Pleasant	Usual	Total	χ^2
Age(years)	20~29	6(5.94)	9(8.91)	15(14.85)	30(29.70)	4.92*
	30~39	14(13.86)	11(10.89)	40(39.60)	65(64.36)	
	> 40	3(2.97)	1(0.99)	2(1.98)	6(5.94)	
	Total	23(22.77)	21(20.79)	57(56.44)	101(100.00)	
Educational level to complete	College	18(17.82)	16(15.84)	42(41.58)	76(75.25)	0.19
	Graduate	5(4.95)	5(4.95)	15(14.85)	25(24.75)	
	Total	23(22.77)	21(20.79)	57(56.44)	101(100.00)	
Period of residence in U.S.A.(years)	< 3	11(10.89)	14(13.86)	28(27.72)	53(52.48)	6.99*
	3~5	4(3.96)	1(0.99)	17(16.83)	22(21.78)	
	> 5	8(7.92)	6(5.94)	12(11.88)	26(25.74)	
	Total	23(22.77)	21(20.79)	57(56.44)	101(100.00)	

* $P<0.1$.

4) 새로운 조리법 습득현황

새로운 조리법을 배우는 방법에 대한 질문에서는(Table 5) 응답자 55.4%가 주위 사람들에게 배우고, 응답자 39.6%는 요리책, 신문, 잡지, TV를 이용한다고 답하였다. 김의 연구에서 한국 주부들은 주로 어른이나 친지로부터 배운다 73.5%, TV나 신문잡지에서 배운다 11.8%로 본 연구와 비슷한 경향을 나타내고 있다⁵⁾. 또 다른 김¹²⁾에서는 40%가 어른이나 친구로부터 배운다고 하였다. 조리습득 대부분의 방법은 대중 매체보다 사람에게서 많이 배우는 것으로 사료되었다.⁶⁾

<Table 5> Sources from which the new cooking method have been obtained

Classification	%
Neighborhood	55.4
Cook book, Newspaper, magazine, TV	39.6
By oneself	3.0
Others	2.0

3. 발효음식 준비형태

발효 음식(Table 6) 집에서 담근다고 답한 경우는 마른반찬 81.2%, 김치 56.4%, 간장 4%, 된장 6.9%, 고추장 5.06%, 장아찌 7.9%, 젓갈 5.0%로 나타났고, 구입하여 먹는 경우 간장 91.1%, 고추장 87.2%, 젓갈 85.1%, 된장 81.2%, 장아찌 76.2%로 나타났다. 그외에 기타는 한국에서 가져오거나 친척이 준비해 주는 것을 먹는다고 하였다. 신의 연구에서 구 소련 지역 한인 30세 이상 여성 95%가 집에서 담근다고 하였다¹¹⁾. 김의 연구에서는 김치 98.2%, 고추장 96.4%, 된장 89.4%, 간장 86.8%, 장아찌 66.4% 순으로 많은 가정에서 한국 전통 발효 음식을 만들어 먹는다고 하였다⁹⁾. 이는 미국과 한국의 환경 차이로 발효음식 섭취현황에 차이가 나타났다.

〈Table 6〉 The preparing types of fermented food (unit : %)

Variable	Prepared at home	Purchased	Others
Kimchi	56.4	22.8	20.8
Kanjang	4.0	91.1	5.0
Deongjang	6.9	81.2	11.9
Kochujang	5.0	87.2	7.9
Jang-a-chi	7.9	76.2	15.8
Fermented fish	5.0	85.1	9.9
Prepared side-dishes	81.2	12.8	5.9

4. 수조육류 및 생선류 섭취빈도

쇠고기 섭취 빈도는(Table 7) 3일에 한 번 먹는다 50.5%, 1주일에 한 번 먹는다 24.8%, 기타는 주로 매일 먹는 사람이었는데 20.8%였다. 돼지고기 섭취 빈도는 2주일에 한 번 먹는다 23.8%, 1주일에 한 번 먹는다 21.8%, 한달에 한 번 먹는다 18.8%가 먹는다고 하였다. 미국에서는 쇠고기에 비해 돼지고기가 흔하지 않아서 자주 섭취하지 않는 것으로 나타났다.

닭고기, 칠면조 섭취 빈도는 2주일에 한 번 먹는다 27.7%, 1주일에 한 번 먹는다

〈Table 7〉 The frequency of eating meats or fishery (unit : g)

Classification	Beef	Pork	Poultry	Fish
Once three days	20.8	17.8	23.8	27.7
Once a week	50.5	21.8	25.7	34.7
Once two weeks	24.7	23.8	27.7	16.2
Once a month	4.0	18.8	11.9	14.9
Others	0	17.8	7.9	6

25.7%, 3일에 한 번 먹는다 23.8% 나타났다. 생선류의 섭취 빈도는 1주일에 한 번 먹는다고 답한 응답자는 34.7%, 3일에 한 번 먹는다고 답한 응답자는 27.7%, 1달에 한 번 먹는다고 답한 조사자는 14.9%로 나타났다. 김의 연구에서 육류 섭취빈도는 66.6%가 1주일에 1~2회 섭취한다고 하였다⁴⁾. 다른 연구에서 쇠고기 16.2%가 1주일에 한 번 먹는다⁵⁾, 돼지고기는 40%가 1주일에 한 번, 닭고기는 23%가 일주일에 한번 먹는다였고, 생선류는 20% 전후로 1주일에 한 번 먹었다. 이는 미국과 한국의 육류 가격, 선호도, 그외 환경의 차이로 선호하는 육류의 종류가 다른 것으로 나타났다.

5. 외식현황

1) 외식빈도

외식을 하는 횟수는(Table 8) 연령에서 30~39세 30.69%가 한달에 한번, 21.78%는 일주일에 한번이었고, 20~29세는 18.81%가 일주일에 한번 외식을 한다고 하였다 ($p<0.05$). 교육정도는 대학졸에서 33.66%가 한달에 한번, 27.72%는 일주일에 한번으로 답하였다. 미국의 거주 정도에 따라서는 3년 이하에서 20.7%가 한 달에 한번, 19.80%는 일주일에 한번으로 나타났다. 김의 연구에서 도시 직장인의 외식 횟수는 60%가 1주일에 1~2회 정도였다⁴⁾. 박의 보고에서는 외식빈도가 하루 1회 39.0%로 가장 많았고, 주 2~3회는 27.6%였다⁸⁾. 한국에 거주하는 사람보다 미국거주자들의 외식 빈도가 낮은 것으로 나타났다. 이는 경제적인 문제와 여러 환경요인에 의한 것으로 사료된다.

〈Table 8〉 The frequency of eating-out

Classification	Description	Once a week	Once a month	Others	Total	χ^2
Age	20~29 years	19(18.81)	6(5.94)	5(4.95)	30(29.70)	10.14**
	30~39 years	22(21.78)	31(30.69)	12(11.88)	65(64.36)	
	over 40 years	1(0.99)	3(2.97)	2(1.98)	6(5.94)	
	Total	42(41.58)	40(39.60)	19(18.81)	101(100.00)	
Educational level to complete	College	28(27.72)	34(33.66)	14(13.86)	76(75.25)	3.72
	Graduate	14(13.86)	6(5.94)	5(4.95)	25(24.75)	
	Total	42(41.58)	40(39.60)	19(18.81)	101(100.00)	
Period of residence in U.S.A.	Under 3 years	20(19.80)	21(20.79)	12(11.88)	53(52.48)	1.30
	3~5 years	10(9.90)	9(8.91)	3(2.97)	22(21.78)	
	Over 5 years	12(11.88)	10(9.90)	4(3.96)	26(25.74)	
	Total	42(41.58)	40(39.60)	19(18.81)	101(100.00)	

**P<0.05.

2) 외식을 할 때 선택하는 음식형태

외식을 할 때 선택하는 음식형태는(Table 9) 연령 30~39세에서 38.31%가 양식, 15.84%는 중국음식을 선택하였고, 20~29세 16.83%는 한식을 택한다고 하였다 ($p<0.01$). 교육정도에서는 대학졸 39.60%가 양식, 17.82%는 중국음식, 16.83%는 한식을 선택한다고 하였다($p<0.1$). 미국에서 거주기간에 따라서 3년 이하 29.70%, 3~5년 13.86%, 5년 이상 14.85%의 응답자가 양식을 선택한다고 하였다. 밖에서 외식을 할때 주로 선택하는 음식은 한식, 중식, 양식 순이었고, 이는 본 연구와 조금 차이를 나타내었는데 이는 주변의 환경 차이로 사료된다. 주로 쉽게 접할 수 있는 음식을 외식으로 선택하였다⁸⁾.

<Table 9> The type of selected food when eating-out

Classification	Description	Korea	Western	Chinese	Japanese	Total	χ^2
Age	20~29 years	8(7.92)	17(16.83)	5(4.95)	0(0.00)	30(29.70)	18.02**
	30~39 years	10(9.90)	39(38.61)	16(15.84)	0(0.00)	65(64.36)	
	Over 40 years	1(0.99)	3(2.97)	1(0.99)	1(0.99)	6(5.94)	
	Total	19(18.81)	59(58.42)	22(21.78)	1(0.99)	101(100.00)	
Educational level to complete	College	17(16.83)	40(39.60)	18(17.82)	1(0.99)	76(75.25)	4.66*
	Graduate	2(1.98)	19(18.81)	4(3.96)	0(0.01)	25(24.75)	
	Total	19(18.81)	59(58.42)	22(21.78)	1(0.99)	101(100.00)	
Period of residence in U.S.A.	Under 3 years	11(10.89)	30(29.70)	11(10.89)	1(0.99)	53(52.48)	1.51
	3~5 years	3(2.97)	14(13.86)	5(4.95)	0(0.00)	22(21.78)	
	Over 5 years	5(4.95)	15(14.85)	6(5.94)	0(0.00)	26(25.74)	
	Total	19(18.81)	59(58.42)	22(21.78)	1(0.99)	101(100.00)	

* $P<0.1$, ** $P<0.01$.

IV. 요약 및 결론

한 지역의 음식 문화는 그 지역에서 독특하게 개발한 음식문화이고 그 지역의 여건에 순응하면서 만들어진 것이며 그 지역의 정치, 경제, 문화 변천의 영향을 받으며 이루어지는 것이다. 본 연구는 미국 텍사주에 거주하는 일부 지역의 한인 주부들 식생활 전반적인 현황, 식이 섭취 빈도, 외식현황, 발효음식 준비현황, 육류 및 생선류 섭취빈도를 연구하여 다음과 같은 결과를 얻었다.

첫째, 조사대상자의 연령은 30~39세 64.4%, 20~29세 29.7%였고, 교육정도는 대학 75.2%, 대학원 24.8%, 미국 거주기간은 3년 이하 52.5%, 5년 이상 25.7%이었다.

둘째, 식사현황은 저녁에 먹는 식사형태에서 한식은 연령 30~39세 52.48%, 교육

정도에서는 대졸 64.3%, 거주기간에 따라 3년 이하 46.53%가 먹는다고 하였다. 식단을 구성할 때 가장 고려하는 사람은 남편을 30~39세 48.51%, 대학졸 60.40%, 거주기간 3년 이하 42.57%가 우선으로 고려한다고 답하였다. 식사준비에 대한 본인의 태도는 '보통(usual)'로 답한 경우가 30~39세 39.60%, 대학졸 41.58%, 거주기간 3년 이하 27.27%였다. 새로운 조리법 습득은 55.4%가 주위사람들에게 배우고, 39.6%는 요리책, 신문, 잡지, TV를 이용한다고 하였다.

셋째, 육류 및 생선류 섭취빈도에서 쇠고기는 50.5%가 3일에 한번 먹는다, 돼지고기는 23.8%가 2주일에 한번 먹는다, 닭고기는 2주일에 한 번 먹는다 27.7%, 1주일에 한 번 먹는다 25.7%, 3일에 한번 먹는다 23.8%로 나타났고, 생선류는 1주일에 한번 먹는다 34.7%였다.

넷째, 발효 음식을 집에서 담근다고 답한 경우는 김치 56.4%, 마른반찬 81.2%, 구입하여 먹는 경우는 간장 91.1%, 된장 81.2%, 고추장 87.2%, 장아찌 76.2%, 젓갈 85.1%로 나타났다.

다섯째, 외식횟수는 30~39세 30.69%, 대학졸 33.66%, 미국 거주 3년 이하 20.70%가 한달에 한번 외식을 한다고 하였고, 외식을 할 때 선택하는 음식 형태는 양식 30~39세 38.31%, 대학졸 39.60%, 거주기간 3년 이하 29.70%가 선택한다고 하였다. 그 외에 중국음식, 한국음식 순이었다.

이러한 연구를 토대로 재외국 한인들의 식생활패턴과 실태를 이해하고, 나아가 발효음식의 수출이나 한식 조리사의 해외 진출에 필요한 정보원이 되고 개척하는데 기여하기를 기대해 본다.

참고문헌

1. 강인희 (1978) : 한국음식역사, 삼영사, p.98.
2. 김은실 (2002) : 한국음식, 문지사, p.27.
3. 김은실, 심영자 (2000) : 미국 거주기간에 따른 재미한인들의 한국음식 세계화에 관한 설문조사연구, *한국조리과학회지* 16(3), p.210.
4. 김은실, 정복미 (2001) : 일부 도시 지역 직장인의 식생활 관리 실태에 관한 연구, *한국조리과학회지* 17(2), p.91.
5. 김은실 (1995) : 강원지역 농촌 주부들의 전통 식생활 관리 현황에 관한 실태 조사, *한국조리과학회지* 11(4), p.342.
6. 김우경 (1922) : 주부들의 식생활에 대한 관심도와 조리원리 및 조리방법 지식에 관한 연구, *한국식문화학회지* 7(21), p.157.
7. 김정선, 심영자, Mabei M. chan (1997) : 재미 한인을 위한 식이섭취빈도 조사 설문지에 관한 연구, *한국영양학회지* 30(5), p.520.

8. 박금순, 신영자 (1996) : 도시지역 직장 남성의 외식행동에 관한 연구, *한국조리과학회지* 12(1), p.13.
9. 박은숙 (1997) : 미국 거주 한국인의 식생활 적응에 영향을 미치는 요인 및 식습관 변화, *한국식문화학회지* 12(5), p.519.
10. 변재옥, 한재숙, 박경숙 (2001) : 미국 거주 한인들의 전통 음식에 관한 인식조사, *동아시아식생활학회지* 11(1), p.60.
11. 신애숙 (1977) : 소련 거주 한인들의 김치 문화에 관한 연구, *동아시아식생활학회지* 7(1), p.97.
12. 심영자, 김정선 (1999) : 재미한인 주부들의 한국 의례음식과 상차림에 관한 연구, *한국조리과학회지* 15(2), p.146.
13. 심영자, 김정선 (1998) : 재미한인 주부들의 한국 명절음식에 대한 인식, *한국조리과학회지* 14(2), p.148.
14. 조홍윤 (1988) : 한국음식문화의 형성과 특징, *한국식문화학회지* 13(1), p.1.

(접수일: 2003년 2월 18일 / 채택일: 2003년 6월 10일)