

어머니의 취업여부에 따른 중·고등학생의 식행동 비교

정은희
서원대학교 교양학부

The Effect of Working Mothers' on the Dietary Behavior of Middle and High School Students

Jung, Eun Hee
School of General Education, Seowon University, Cheongju, Korea

ABSTRACT

The purpose of this study was to compare the dietary behavior of middle school and high school students who had working mothers with students whose mothers were not employed. Self-reports on their dietary behavior and one-day dietary records were obtained from 396 middle school students and 364 high school students using anonymous questionnaires. The results were summarized as follows; the students with working mothers were more likely to not to eat properly and their dietary behavior was generally inadequate, showing a greater irregularity for meals, more of a tendency to skip breakfast, less diversity of food intake, and a higher incidence of drinking and smoking. One-day dietary records obtained by 24hr recall methods showed less diverse food intake and a higher rate of skipped meals in students with working mothers. Drinking and smoking were more prevalent among middle school students whose mothers were working than among those students with unemployed mothers, but in the case of high school students the difference was not significant. With more and more housewives seeking jobs, more attention needs to be given to the dietary and nutritional intake of their children, especially among middle school students. High school students seem to be less affected than middle school students by their mother's employment.

Key words: mother's employment, dietary behaviour, adolescents

I. 서론

1960년대부터 산업화, 도시화로 인한 사회경제적 변화는 여러 가지 생활상의 변화를 수반하게 되었으며, 그 중에서도 여성의 사회참여는 과거 어느 때보다 큰 폭으로 증가해 왔다. 특히 1990

년대 이후 여성의 경제활동참가율은 지속적으로 증가해 왔으며(오선영·최정미 2004), 2004년 9월 현재 여성의 경제활동 참가율이 50.6%로 전년 대비 1.3%의 증가를 보이고 있다(통계청 2004). 취업여성을 연령별로 분류해 볼 때, 30대 55.0%, 40대 64.9%로 학령기 및 청소년 자녀를 둔 여성

의 취업률이 증가하고 있는 것으로 나타났다. 가족의 식생활을 우선적으로 책임지고 있는 주부의 취업은 온 가족의 식생활에 영향을 미칠 수 있으며, 특히 김복희 등(2004)의 조사에서 보고된 바와 같이, 20세 이상 가족구성원에서는 주부취업에 따른 식품 및 영양소섭취량 차이를 볼 수 없지만, 아동, 어린이, 청소년의 경우는 전체적으로 섭취량이 낮은 것으로 나타났다. 즉, 주부취업의 영향은 성인가족 구성원보다는 스스로 식품의 선택, 구매, 조리 등이 어려운 어린 자녀들에서 더욱 심각한 문제를 초래할 수 있다.

학동기와 청소년기에서 인지능력에 미치는 요인들은 그들이 속한 가정과 학교의 환경적 여건을 떼어놓고 생각할 수 없으며, 한 가정의 경제적, 교육적 여건은 그 가정에서 자란 자녀의 학습경험에 영향을 미치는데 이러한 영향은 특히 식이섭취의 질과 밀접한 관련이 있다(한성숙 등 1999). 청소년기는 신체적, 정신적 성장 및 발달이 왕성하며, 자아정체감과 자이존중감이 발달하면서 식생활과 생활습관이 확립되는 시기로, 평생의 어느 시기보다 영양소 필요량이 많아진다. 따라서 이시기의 적절한 영양공급은 건강잠재력을 최대로 키우면서 건강한 식습관을 형성하여 장래의 건강에 매우 중요한 영향을 미친다(Kemm 1987). 미국의 경우, Health People 2010을 통해 건강증진과 질병예방을 위한 청소년 시기의 식생활관리 중요성을 강조하고 있다(USDA 2000). 청소년기의 정신적, 생리적 변화에 영향을 주는 직접적인 요인으로는 섭취식품을 통한 영양소의 양과 질이지만, 간접적으로는 학생 자신의 유전 요인과 가정생활내용 및 가정환경 등이 영향을 준다(Holly & Robert 1998). 청소년의 사회적 발달과 적응을 위하여 건전한 가족관계와 잘 기능하는 가족은 필수적인 요소일 뿐 아니라(최규련 2004), 자녀의 활동에 주의를 기울이고 통제하며 자녀의 일상생활에 관심을 갖는 감독자로서의 부모역할이 중요하다는 것이다(오선영 · 최정미 2004). 한편 강병기(1990)는 취업모 자녀의 발달에 영향을 주는 요인으로 어머니의 취업여부보다는 부모의 교육수준, 직업종류와 같은 가정의 사회경제적 요인이 더 중요한 요인으로 작용한다고 하였다.

본 연구에서는 일생에서 신체적, 정신적으로 가장 중요한 시기인 청소년기에 어머니의 취업여부에 따라 그 자녀인 청소년의 식생활이 어떤 영향을 받을 수 있는지 그 실태를 파악하여 청소년의 영양교육 및 생활지도의 자료를 제공하고자 한다.

II. 조사대상 및 방법

설문조사는 조사에 필요한 내용을 중심으로 임의로 작성한 설문지를 이용하여 경기도와 충청 일부지역의 중·고등학생을 대상으로 예비조사를 거치고 수정, 보완하여 이용하였다. 본 설문조사는 중학교 2-3학년 학생과 고등학교 1-2학년 학생을 대상으로 무기명으로 실시하였으며, 그 중 불성실하게 답한 경우를 제외한 760명(중학생 396명, 고등학생 364명)을 선정하여 분석에 이용하였다.

설문조사내용은 대상자의 어머니의 취업여부를 포함한 일반 환경, 식습관, 식품섭취빈도, 흡연 및 음주실태를 포함하였다. 식습관 관련항목으로 식사의 규칙성, 식사량, 간식 및 결식상태 등을 포함하였다. 식품섭취빈도 조사는 식품을 18군으로 분류하여 각 식품군을 매 끼니마다 먹는 경우 5점, 하루에 한번 먹는 경우 4점, 일주일에 2-3회 먹는 경우 3점, 일주일에 한번 먹는 경우 2점, 그리고 거의 먹지 않는 경우를 1점으로 점수화하여 평균을 내어 제시하였으며, 식품섭취빈도점수가 높을수록 해당식품을 자주 섭취하는 것으로 평가하였다(한경희 등 2000; 정은희 2004). 또한 24시간 회상법을 이용하여 조사 전날의 섭취실태를 분석하여 식품섭취의 다양성(DVS; Dietary Variety Score) 및 결식상태를 조사하였다.

조사된 자료는 S-PLUS 2000(MathSoft)을 이용하여 분석하였으며, 어머니의 취업여부에 따라 각 조사항목별로 백분율, 평균과 표준편차, 빈도 점수로 표시하였다. 모의 취업여부가 각 변수와 관련이 있는지에 대한 가설과 취업여부로 인한 차이가 있는지에 대한 가설은 t-test 또는 χ^2 -test를 이용하여 유의성을 검정하였다.

III. 결과 및 고찰

조사대상자의 남녀별 신장, 체중을 어머니의 취업여부에 따라 비교하여 Table 1과 2에 제시하였다. 중학생 평균 신장은 남학생 164.0cm, 여학생 158.6cm로, 각각 한국인 체위 기준치인 162.7-167.8cm, 157.8-159.5cm의 범위에 있는 것으로 나타났으며, 평균 체중은 남학생 53.4kg, 여학생 48.2kg으로 조사되어, 한국인 체위기준치(한국영양권장량 2000)에 비해 남학생은 약간, 여학생의 경우는 현저하게 낮은 것으로 나타났다. 조사대상 고등학생의 평균 신장은 남학생 173.6cm, 여학생 160.9cm로, 각각 한국인 체위 기준치인 171.1-172.5cm, 160-160.5cm보다 약간 높게 나타났으며, 평균체중은 남학생 61.8kg, 여학생 53.2kg으로 각각 한국인 체위 기준치인 61.8-63.8kg, 54-54.4kg보다 약간 낮은 경향을 보였다(한국영양권장량 2000). 중·고등학생 모두 모의 취업여부에 따른 신장과 체중의 유의적 차이는 볼 수 없었다.

조사대상자들의 식습관을 조사하여 Table 3과 4에 제시하였다. 전반적으로 식욕상태는 양호하

고 식사량은 적절한 편으로 나타났으나, 식품의 배합을 전혀 고려하지 않는다고 답한 경우가 중학생 39.1%, 고등학생 51.2%로, 식품의 균형된 섭취에는 다소 무관심한 것으로 나타났으며, 고등학생이 중학생의 경우보다 식품의 균형된 섭취에 더 무관심한 것으로 나타났다.

식사시간의 규칙성에 대한 조사에서 거의 매일 일정하다고 답한 경우는 전체 중학생의 37.2%에 불과하였으며, 특히 취업모의 자녀들이 규칙적으로 먹는다고 답한 경우가 비취업모그룹보다 낮게 나타났다. 거의 매일 아무 때나 불규칙적으로 먹는 편이라고 답한 경우는 취업모그룹이 23%로, 비취업모그룹(13.5%)보다 다소 높아(Table 3), 어머니의 취업여부가 자녀들의 규칙적인 식사에 영향을 미치고 있는 것으로 나타났으나 유의적 차이는 없었다. 고등학생의 경우도 전체의 35.4%만이 규칙적인 식사를 한다고 답하였으며, 거의 매일 아무 때나 불규칙적으로 먹는 편이라고 답한 경우가 취업모그룹에서 25%로, 비취업모그룹(17.1%)보다 높게 나타나, 중학생의 경우와 같이 모의 취업여부에 의해 다소 영향을 받고

Table 1. Height, weight and BMI of middle school students

| | | Employed (n=218) | Unemployed (n=178) | Total (n=396) | t-test |
|--------|------------|--------------------------|-----------------------|------------------|------------------|
| Male | height(cm) | 163.9± 9.3 ¹⁾ | 164.3±8.4 | 164.0±8.9 | NS ²⁾ |
| | weight(kg) | 53.2±11.8 | 53.9±10.6 | 53.4±11.3 | NS |
| Female | height(cm) | 159.2± 5.6 | 158.3± 6.0 | 158.6± 5.9 | NS |
| | weight(kg) | 48.3± 6.9 | 48.6± 5.7 | 48.2± 6.3 | NS |

¹⁾Mean±SD

²⁾NS; Not significant at p<0.05

Table 2. Height, weight and BMI of high school students

| | | Employed (n=212) | Unemployed (n=152) | Total (n=364) | t-test |
|--------|------------|-------------------------|-----------------------|------------------|------------------|
| Male | height(cm) | 173.6±5.5 ¹⁾ | 173.5±5.9 | 173.6±5.6 | NS ²⁾ |
| | weight(kg) | 61.2±7.3 | 62.6±8.3 | 61.8±7.7 | NS |
| Female | height(cm) | 161.1±5.1 | 160.5±5.1 | 160.9±5.1 | NS |
| | weight(kg) | 53.7±7.1 | 52.4±7.6 | 53.2±7.3 | NS |

¹⁾Mean±SD

²⁾NS; Not significant at p<0.05

있는 것으로 나타났다.

2001년도 국민 건강·영양조사 결과(보건복지부 2002)의 끼니별 식사현황 보고에 의하면 다른 끼니에 비해 아침결식율이 21.1%로 가장 높았으며, 특히 13-19세 청소년의 경우 37.0%로, 그 이유는 시간이 없어서(22.6%), 습관적으로(21.6%), 잠을 자거나(18.9%), 식욕이 없어서(18.3%)를 들고 있다. 본 조사에서도 아침식사를 꼭 하는가에 대한 질문에서 중학생의 54.5%가 가끔(32.7%) 또는 일상적으로 거른다(21.8%)고 답하여 아침 결식문제가 심각함을 알 수 있다. 어머니의 취업여부에 따라서는 아침식사를 꼭 한다고 답한 경우가 비취업모그룹에서 51.4%, 취업모그룹에서 40.4%로 차이를 보였으며, 일상적으로 거른다고 답한 경우도 비취업모그룹에서 15.3%, 취업모그룹에서 27.2%로 나타나 취업모의 자녀들이 아침식사를 거르는 경우가 좀 더 많은 경향을 보였다. 고등학생의 경우도 29.9%가 일상적으로, 28.6%가 가끔 거른다고 답하여 역시 심각한 상태였으며, 어머니의 취업여부에 따라서는 취업모그룹에서 32.1%가 일상적으로 거른다고 하여 비취업모그룹보다 약간 높은 경향을 보였으나, 유의성은 없었다. 또한 중학생에 비해 어머니의 취업여부에 따른 차이는 그다지 크지 않은 것으로 나타났다.

아침결식의 영향에 대해서는 최근까지 많은 연구가 이루어져 있으며, 아침식사를 결식한 경우, 부족한 미량영양소와 식이섬유소를 보충하기 어렵고(Nicklas et al. 1993), 학습능력과 인지기능에도 영향을 미치는 것으로 보고되고 있으므로(Kim 1999) 효율적인 해결방안의 모색이 필요한 시점이라 하겠다. 끼니를 거를 때가 있다면 하루 중 언제인가에 대한 조사에서 전체 중학생의 27.6%만이 거의 끼니를 거르지 않는다고 답하였으며, 아침을 거르는 경우는 45.8%, 점심을 거르는 경우는 10.6%, 저녁을 거르는 경우는 15.9%로 조사되어 점심이나 저녁에 비해 아침 결식율이 높다고 보고한 이전의 결과들과 일치하고 있다(이선웅 2000; 정은희 2002). 어머니의 취업여부에 따라서는 거의 끼니를 거르지 않는다고 답한 경우가 비취업모그룹의 33.7%, 취업모그룹의

22.6%로 조사되었으나, 아침을 거르는 경우는 각각 42.1%와 48.8%, 점심을 거르는 경우도 각각 7.9%, 12.9%로 나타나 취업모의 자녀들이 아침과 점심을 결식하는 경우가 더 많은 경향을 보였다($p<0.001$). 고등학생의 경우는 거의 끼니를 거르지 않는다는 답이 20.1%로 중학생의 경우보다는 약간 낮은 것으로 나타났다. 어머니의 취업여부에 따라서는 거의 끼니를 거르지 않는다고 답한 경우가 비취업모그룹의 21.2%, 취업모그룹의 19.3%로 조사되었고, 아침을 거르는 경우 각각 49.7%와 52.4%, 저녁을 거르는 경우 각각 11.9%, 13.2%로 나타나 취업모그룹에서 아침과 저녁을 결식하는 경우가 약간 많은 경향을 보였으나, 유의적 차이는 없었다. 여러 선행 연구에서와 마찬가지로 조사대상 중·고등학생 모두 높은 결식율을 보이고 있으며, 특히 아침결식율이 높은 것으로 나타났는데, 그 해결방안의 일환으로서 일부 선진국에서 실시하고 있는 아침급식의 도입도 고려해 볼만 하다고 사료된다.

외식빈도는 중·고등학생 모두 전체적으로 한 달에 1-2회 정도가 가장 많았다. 중학생의 경우 거의 외식을 하지 않는다고 답한 경우도 20.6%나 되었는데, 특히 취업모그룹의 경우 17.7%만이 거의 외식을 하지 않는다고 답하여, 비취업모그룹(24%)보다 외식빈도가 다소 높은 경향을 보였다. 또한 외식종류의 선택에 있어서도 한식을 선택하는 경우가 비교적 높았으며, 그런 경향은 특히 취업모의 자녀에게서 더 높았으나, 유의적인 차이를 보이지는 않았다. 고등학생의 경우는 거의 외식을 하지 않는다고 답한 경우가 23.5%나 되었는데, 중학생의 경우와 같이 취업모그룹의 경우가 비취업모그룹보다 외식빈도가 다소 높은 경향을 보였다. 또한 외식종류의 선택에 있어서도 어머니의 취업여부에 따라 차이를 보여, 취업모그룹에서는 패스트푸드를 포함한 양식을 선택하는 경우가 가장 높았으며, 그 다음이 중식과 한식이었으나, 비취업모그룹에서는 한식이 가장 많았고, 그다음이 중식, 양식으로 나타났다.

간식의 빈도에 대한 조사 결과, 중학생은 하루에 한번 간식을 먹는다고 답한 경우가 53.4%로 가장 높았으며, 거의 간식을 먹지 않는다고 답한

Table 3. Dietary habit of middle school students

| Variables | | Employed | Unemployed | Total | χ^2 -test | N(%) |
|-------------------------------|---------------------|-----------|------------|-----------|----------------|------|
| Appetite | always good | 72(33.2) | 49(27.5) | 121(30.6) | NS | |
| | moderate | 131(60.4) | 121(68.0) | 252(63.8) | | |
| | not good | 14(6.5) | 8(4.5) | 22(5.6) | | |
| | total | 217(100) | 178(100) | 395(100) | | |
| Consideration of food balance | much | 13(6.0) | 13(7.3) | 26(6.6) | NS | |
| | sometimes | 116(53.2) | 99(55.6) | 215(54.3) | | |
| | never | 89(40.8) | 66(37.1) | 155(39.1) | | |
| | total | 218(100) | 178(100) | 396(100) | | |
| Amount of meal | light | 12(5.5) | 11(6.2) | 23(5.8) | NS | |
| | proper | 168(77.1) | 133(74.7) | 301(76.0) | | |
| | too much | 38(17.4) | 34(19.1) | 72(18.2) | | |
| | total | 218(100) | 178(100) | 396(100) | | |
| Regularity of meal | regular | 67(30.9) | 80(44.9) | 147(37.2) | NS | |
| | sometimes irregular | 100(46.1) | 74(41.6) | 174(44.1) | | |
| | irregular | 50(23.0) | 24(13.5) | 74(18.7) | | |
| | total | 217(100) | 178(100) | 395(100) | | |
| Skipping breakfast | never | 88(40.4) | 91(51.4) | 179(45.4) | NS | |
| | sometimes | 70(32.3) | 59(33.3) | 129(32.7) | | |
| | usually | 59(27.2) | 27(15.3) | 86(21.8) | | |
| | total | 217(100) | 177(100) | 394(100) | | |
| Skipped meal | none | 49(22.6) | 60(33.7) | 109(27.6) | p<0.001 | |
| | breakfast | 106(48.8) | 75(42.1) | 181(45.8) | | |
| | lunch | 28(12.9) | 14(7.9) | 42(10.6) | | |
| | dinner | 34(15.7) | 29(16.3) | 63(15.9) | | |
| | total | 217(100) | 178(100) | 395(100) | | |
| Frequency of dining out | almost none | 36(17.7) | 41(24.0) | 77(20.6) | NS | |
| | 1-2/month | 114(56.2) | 83(48.5) | 197(52.7) | | |
| | 1-2/week | 50(24.6) | 45(26.3) | 95(25.4) | | |
| | almost everyday | 3(1.5) | 2(1.2) | 5(1.3) | | |
| | total | 203(100) | 171(100) | 374(100) | | |
| Kinds of dining out | Korean | 72(33.8) | 41(23.7) | 113(29.3) | NS | |
| | Chinese | 46(21.6) | 55(31.8) | 101(26.2) | | |
| | Japanese | 6(2.8) | 8(4.6) | 14(3.6) | | |
| | Western(Fast food) | 55(25.8) | 44(25.4) | 99(25.6) | | |
| | others | 34(16.0) | 25(14.5) | 59(15.3) | | |
| | total | 213(100) | 173(100) | 386(100) | | |
| Frequency of snack | almost none | 44(20.5) | 32(18.2) | 76(19.4) | NS | |
| | 1/day | 111(51.6) | 98(55.7) | 209(53.4) | | |
| | 2/day | 49(22.8) | 36(20.5) | 85(21.7) | | |
| | over 3/day | 11(5.1) | 10(5.7) | 21(5.4) | | |
| | total | 215(100) | 176(100) | 391(100) | | |

Table 4. Dietary habit of high school students

| | | | | | N(%) |
|----------------------------------|---------------------|-----------|------------|-----------|----------------|
| Variables | | Employed | Unemployed | Total | χ^2 -test |
| Appetite | always good | 66(31.1) | 46(30.3) | 112(30.8) | NS |
| | moderate | 138(65.1) | 102(67.1) | 240(65.9) | |
| | not good | 8(3.8) | 4(2.6) | 12(3.3) | |
| | total | 212(100) | 152(100) | 364(100) | |
| Consideration of food balance | much | 12(5.7) | 7(4.6) | 19(5.2) | NS |
| | sometimes | 92(43.6) | 66(43.4) | 158(43.5) | |
| | never | 107(50.7) | 79(52.0) | 186(51.2) | |
| | total | 211(100) | 152(100) | 363(100) | |
| Amount of meal | light | 9(4.2) | 6(3.9) | 15(4.1) | NS |
| | proper | 145(68.4) | 113(74.3) | 258(70.9) | |
| | too much | 58(27.4) | 33(21.7) | 91(25.0) | |
| | total | 212(100) | 152(100) | 364(100) | |
| Regularity of meal | regular | 68(32.1) | 61(40.1) | 129(35.4) | NS |
| | sometimes irregular | 91(42.9) | 65(42.8) | 156(42.9) | |
| | irregular | 53(25.0) | 26(17.1) | 79(21.7) | |
| | total | 212(100) | 152(100) | 364(100) | |
| Skipping breakfast | never | 85(40.0) | 66(43.4) | 151(41.5) | NS |
| | sometimes | 59(27.8) | 45(29.6) | 104(28.6) | |
| | usually | 68(32.1) | 41(27.0) | 109(29.9) | |
| | total | 212(100) | 152(100) | 364(100) | |
| Skipped meal | none | 41(19.3) | 32(21.2) | 73(20.1) | NS |
| | breakfast | 111(52.4) | 75(49.7) | 186(51.2) | |
| | lunch | 32(15.1) | 26(17.2) | 58(16.0) | |
| | dinner | 28(13.2) | 18(11.9) | 46(12.7) | |
| total | 212(100) | 151(100) | 363(100) | | |
| Frequency of dining out | almost none | 55(26.1) | 30(19.9) | 85(23.5) | NS |
| | 1-2/month | 84(39.8) | 73(48.3) | 157(43.4) | |
| | 1-2/week | 67(31.8) | 43(28.5) | 110(30.4) | |
| | almost everyday | 5(2.4) | 5(3.3) | 10(2.8) | |
| total | 211(100) | 151(100) | 362(100) | | |
| Kinds of of dining out | Korean | 56(26.8) | 47(31.5) | 103(28.8) | NS |
| | Chinese | 58(27.8) | 45(30.2) | 103(28.8) | |
| | Japanese | 4(1.9) | 3(2.0) | 7(2.0) | |
| | Western(Fast food) | 65(31.1) | 39(26.2) | 104(29.1) | |
| others | 26(12.4) | 15(10.1) | 41(11.5) | | |
| total | 209(100) | 149(100) | 358(100) | | |
| Frequency of snack | almost none | 45(21.2) | 25(16.6) | 70(19.3) | NS |
| | 1/day | 122(57.5) | 90(59.6) | 212(58.4) | |
| | 2/day | 30(14.2) | 23(15.2) | 53(14.6) | |
| | over 3/day | 15(7.1) | 13(8.6) | 28(7.7) | |
| total | 212(100) | 151(100) | 363(100) | | |

경우도 19.4%로 조사되었으나, 어머니의 취업여부에 따른 차이는 볼 수 없었다. 한편 고등학생은 거의 간식을 먹지 않는다고 답한 경우가 19.3%로 조사되었으며, 취업모그룹의 경우에서 약간 더 높은 경향을 보였으나, 역시 유의적 차이는 볼 수 없었다.

Table 5는 24시간 회상법을 이용하여 설문조사 전날의 결식상태와 섭취한 식품의 가짓수를 나타낸 것이다. 하루 동안의 조사결과만으로 평소의 식이섭취에 대한 결론을 내리기에는 무리가 있으나, 대략적인 경향을 추측할 수는 있을 것으로 사료된다. 중학생의 경우, 전체적으로 33.6%가 1끼 이상 결식을 하였고, 1끼 결식이 28.7%, 2끼 이상을 결식한 경우가 4.9%로 조사되었는데 취업모그룹의 결식율이 유의적으로 높게 나타났다($p=0.0162$). 한편 고등학생의 경우는 36.5%가 1끼 이상 결식을 하였으며, 1끼 결식이 30.8%, 2끼 이상을 결식한 경우가 5.7%로 조사되었는데, 중학생의 경우와는 대조적으로 어머니의 취업여부에 따른 유의적 차이는 볼 수 없었다. 결식의 종류별로는 전체적으로 아침이 가장 많았고, 저녁, 점심의 순서로 나타났다. 중·고등학생 모두 비취업모그룹보다 취업모그룹의 아침, 저녁 결식율이 더 높게 나타났는데, 특히 중학생의 경우 그 차이가 좀 더 두드러지게 나타났다.

다양한 식품 섭취는 한 가지 영양소의 과잉이나 결핍의 기회를 감소시키고 영양소의 상호보완 효과로 식사의 질을 높일 수 있기 때문에 중요하

게 고려되어야 하며, 그 평가 방법으로 DVS가 이용되고 있다. 전일 섭취한 식품의 가짓수를 조사한 결과, 조사대상자 모두 11-15가지의 식품을 섭취한 경우가 가장 많았으며, 평균 DVS는 15.3이었다. 중학생(14.5)보다 고등학생(16.1)의 경우, 좀 더 다양하게 섭취하고 있는 것으로 조사되었으며, 모의 취업여부에 따라서는 중학생의 경우 유의적 차이를 보이지 않으나, 고등학생의 경우는 취업모그룹의 DVS점수가 낮은 부분에 치우쳐 있어($p<0.05$), 비취업모그룹보다 전반적으로 다양하지 못한 식품섭취를 하고 있는 것으로 나타났다(Fig. 1). 이정원 등(2000)이 대도시의 성인을 대상으로 한 연구에서 18-23가지의 식품을 섭취한 경우가 가장 많은 비율을 차지하였고, 균형된 영양소섭취를 위해서는 24-32가지를 권장값으로 제시한 바 있다. 그러므로 일생 중 다른 어느 시기보다 영양의 균형적인 공급이 중요한 청소년들에게 있어서 다양한 식품섭취는 더욱 강조되어야 할 것이다.

식품섭취빈도법은 비교적 장기간의 식습관을 반영할 수 있으며, 건강 및 질환에 대한 연구에서도 매우 유용할 뿐 아니라(Willet 1998), 그룹간의 상대적인 평가를 하기 위한 적절한 방법으로 여겨지고 있다(류호경·윤진숙 2000). 상용식품을 총 18가지의 항목으로 분류하여 섭취 빈도를 조사한 결과를 Table 6에 제시하였다. 고등학생은 어머니의 취업여부에 의해 크게 영향을 받고 있는 않은 것으로 나타났으며, 단지 중학생의 경

Table 5. Skipped meal status of middle and high school students

| | | Middle | | χ^2 -test | High | | χ^2 -test |
|------------------------|-------------------|---------------------|-----------------------|----------------|---------------------|-----------------------|----------------|
| | | Employed (n=189) | Unemployed (n=160) | | Employed (n=204) | Unemployed (n=147) | |
| Number of skipped meal | none | 114(60.3) | 118(73.8) | p<0.05 | 126(61.8) | 97(66.0) | NS |
| | 1 meal | 62(32.8) | 38(23.8) | | 66(32.4) | 42(28.6) | |
| | more than 2 meals | 13(6.9) | 4(2.5) | | 12(5.9) | 8(5.4) | |
| Kinds of skipped meal | breakfast | 54(28.6) | 25(15.6) | NS | 57(27.9) | 36(24.5) | NS |
| | lunch | 11(5.8) | 10(6.3) | | 9(4.4) | 9(6.1) | |
| | dinner | 23(12.2) | 11(6.9) | | 24(11.8) | 13(8.8) | |

N(%)

Table 6. Food intake frequency score of middle and high school students

| | Middle | | t-test | High | | t-test |
|--------------------------|-------------------------|------------|--------|-----------|------------|--------|
| | Employed | Unemployed | | Employed | Unemployed | |
| Milk & milk products | 3.19±1.28 ¹⁾ | 3.28±1.28 | NS | 3.28±1.17 | 3.40±1.14 | NS |
| Anchovy, icefish | 2.42±1.10 | 2.33±1.13 | NS | 2.16±0.95 | 2.25±0.95 | NS |
| Fruits | 3.46±1.14 | 3.52±1.17 | NS | 3.10±1.11 | 3.16±1.11 | NS |
| Seaweeds | 2.64±1.17 | 2.53±1.13 | NS | 2.37±0.95 | 2.39±1.00 | NS |
| Green-yellow vegetables | 3.06±1.33 | 3.14±1.36 | NS | 3.04±1.29 | 3.12±1.26 | NS |
| Light-colored vegetables | 3.63±1.25 | 3.59±1.29 | NS | 3.73±1.12 | 3.70±1.18 | NS |
| Meat, fish, egg | 3.46±1.08 | 3.52±1.15 | NS | 3.27±1.01 | 3.30±1.00 | NS |
| Bean & bean products | 3.22±1.21 | 3.25±1.19 | NS | 3.02±1.10 | 2.92±1.00 | NS |
| Fried foods | 2.65±1.09 | 2.48±1.08 | NS | 2.42±1.01 | 2.58±0.97 | NS |
| Salted foods | 2.41±1.23 | 2.30±1.27 | NS | 2.18±1.17 | 2.09±1.07 | NS |
| Sweet foods | 3.25±1.26 | 2.95±1.26 | p<0.05 | 2.89±1.26 | 2.95±1.27 | NS |
| Smoked foods | 2.86±1.15 | 2.82±1.22 | NS | 2.45±0.94 | 2.58±1.06 | NS |
| Frozen foods | 2.38±1.12 | 2.21±1.12 | NS | 2.02±0.95 | 1.96±0.95 | NS |
| Retort | 1.74±0.88 | 1.60±0.90 | NS | 1.47±0.66 | 1.44±0.74 | NS |
| Can products | 2.20±0.98 | 2.03±1.06 | NS | 1.83±0.82 | 1.83±0.84 | NS |
| Fast food | 2.01±0.94 | 1.87±0.85 | NS | 1.85±0.76 | 1.90±0.75 | NS |
| Caffeine contained | 2.72±1.25 | 2.51±1.20 | NS | 2.79±1.17 | 2.79±1.15 | NS |
| Instant Ramyun | 3.10±1.03 | 2.98±1.08 | NS | 2.81±0.92 | 2.80±0.97 | NS |
| Cookies | 3.74±1.07 | 3.45±1.13 | p<0.01 | 3.44±1.10 | 3.43±1.06 | NS |

¹⁾ Mean±SD

우, 과자류, 단 것들의 섭취 빈도가 취업모그룹에서 유의적으로 높게 나타났다.

어머니의 취업과 청소년 자녀의 음주, 흡연과의 관계를 조사해 본 결과(Fig. 2), 고등학생은 모의 취업여부에 따라 유의적인 차이를 보이지 않았으나, 중학생의 경우는 음주경험율이 취업모그룹에서 41.4%, 비취업모그룹에서 28.1%로 유의적 차이(p<0.01)를 보였으며, 흡연경험율도 각각 26.7%, 16.8%(p<0.05)로 조사되어 연령이 어릴수록 모의 취업여부에 더 영향을 받고 있는 것으로 추측할 수 있다.

가정환경에서 학업성취도 및 영양소 섭취상태에 영향을 크게 미치는 요인은 부모의 학력과 경제상태이며, 부모학력이 높고 경제상태가 좋을수록 학업성취도와 영양소섭취상태가 양호하다고

보고된 바 있으나(한성숙 등 1999), 본 연구 결과 어머니의 취업이 청소년 자녀들의 식생활에 영향을 미치고 있으며, 특히 중학생의 경우 더 두드러진 차이를 보이는 것으로 나타났다. 유아기에는 직접적인 통제자로서의 부모 역할이 중요하나, 자녀가 성장함에 따라 간접적인 통제자로서의 감독역할이 중요하며, 자녀가 성장할수록 부모의 직접적인 훈육을 통한 통제나 보호보다 부모의 영향권 밖에서의 자녀의 활동에 주의를 기울이고 통제하며 자녀의 일상생활에 관심을 갖는 감독자로서의 부모역할이 중요하다(오선영·최정미 2004). 그러나 부모가 자녀들과 얼마나 함께 있는가의 여부보다는 부모가 자녀들이 무엇을 하는지를 제대로 감독하지 못하는 경우, 자녀들의 발달에 부정적인 결과를 보인다고 한다(옥경희

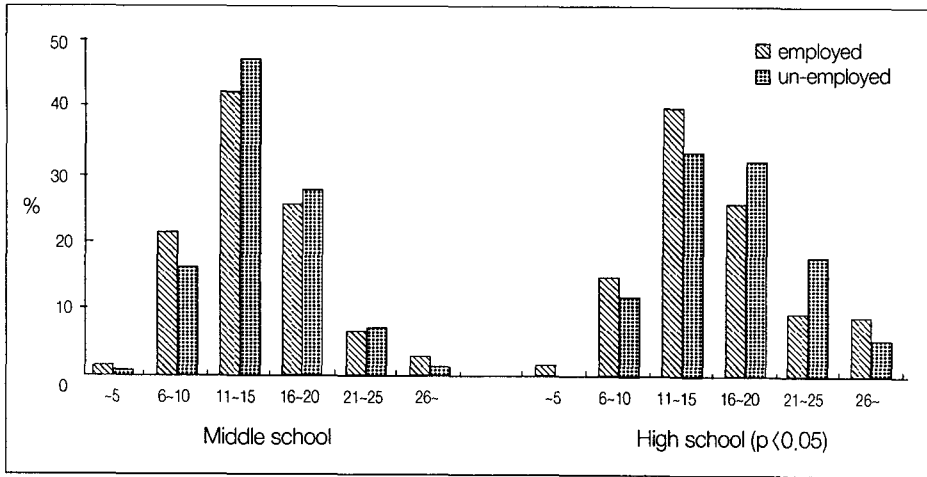


Fig. 1. DVS of middle and high school students by employment of their mothers

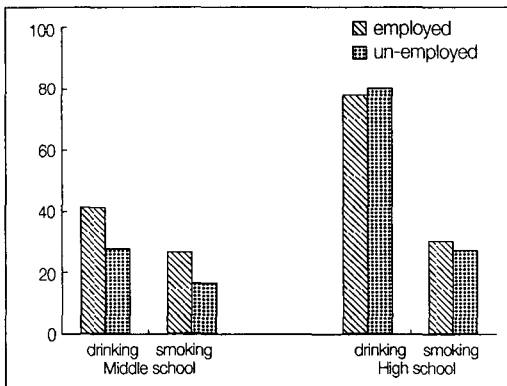


Fig. 2. Drinking and smoking status of students by employment of their mothers

등 2001). 즉, 부모없이 지내는 시간의 많고 적음 보다는 부모와 어떠한 관계를 형성하는가 하는 것이 중요하다는 것이다. 여성의 사회참여가 점점 높아지는 추세를 감안할 때, 취업으로 인해 가정 관리 및 자녀들과 공유할 수 있는 시간이 절대적으로 부족해지는 것은 어쩔 수 없으나, 애정적 양육태도와 관심을 가지고 자녀의 생활을 감독할 필요가 있으며, 식생활면에서는 학교급식을 좀 더 강화하는 등 가족의 영양관리를 사회에서 공동으로 부담하도록 하는 방안을 모색하여야 할 시점이라 사료된다.

IV. 요약 및 결론

본 연구는 어머니의 취업여부가 그 자녀인 청소년의 식생활에 어떤 영향을 미치는가를 조사하기 위해 중학교 2-3학년과 고등학교 1-2학년 학생 760명을 대상으로 무기명 설문조사를 실시하였으며, 그 결과는 다음과 같다.

1. 전반적으로 식욕상태는 양호하고 식사량은 적절한 편으로 나타났으나, 식품의 균형된 섭취에는 다소 무관심한 것으로 나타났으며, 취업모 그룹이 비취업모 그룹보다 규칙적인 식사를 하지 않는 것으로 조사되었다.

2. 취업모 그룹이 아침식사를 거르는 경우가 좀 더 많은 경향을 보였으나, 고등학생의 경우, 중학생에 비해 모의 취업여부에 따른 차이는 그다지 크지 않았다.

3. 중학생의 경우 취업모 그룹이 아침과 점심을 결식하는 경우가 더 많은 경향을 보였으며, 고등학생의 경우도 취업모 그룹에서 아침과 저녁을 결식하는 경우가 약간 많은 경향을 보였으나, 유의적 차이는 없었다.

4. 외식빈도는 취업모 그룹의 경우 비취업모 그룹보다 외식빈도가 다소 높은 경향을 보였으며, 외식종류는 중학생은 한식, 고등학생의 경우는 취업모 그룹에서는 패스트푸드를 포함한 양식을

선택하는 경우가 가장 높았으며, 비취업모그룹에서는 한식이 가장 많았다.

5. 간식의 빈도에 대한 조사 결과, 중학생은 어머니의 취업여부에 따른 차이는 볼 수 없었다. 고등학생은 취업모그룹의 경우에서 약간 더 높은 경향을 보였으나, 역시 유의적 차이는 볼 수 없었다.

6. 조사 전날의 결식상태 조사 결과, 중학생의 경우, 취업모그룹의 결식율이 유의적으로 높았으며, 이와는 대조적으로 고등학생의 경우는 유의적 차이를 볼 수 없었다. 결식의 종류별로는 전체적으로 아침이 가장 많았고, 저녁, 점심의 순서로 나타났으며, 중·고등학생 모두 취업모그룹에서 아침, 저녁 결식율이 더 높게 나타났다.

7. 전일 섭취한 식품의 가짓수를 조사한 결과, 조사대상자 모두 11-15가지의 식품을 섭취한 경우가 가장 많았다. 어머니의 취업여부에 따라서는 중학생의 경우 유의적 차이를 보이지 않으나, 고등학생의 경우는 취업모그룹이 비취업모그룹보다 전반적으로 다양하지 못한 식품섭취를 하고 있는 것으로 나타났다.

8. 식품섭취빈도조사결과, 고등학생은 어머니의 취업여부에 의해 크게 차이를 보이지 않았으며, 중학생의 경우도 전반적으로 큰 차이를 보이지는 않았으나, 단지 과자류, 단 것들의 섭취 빈도가 취업모그룹에서 유의적으로 높게 나타났다.

9. 어머니의 취업과 청소년 자녀의 음주, 흡연과의 관계를 조사해 본 결과, 고등학생은 어머니의 취업여부에 따라 유의적인 차이를 보이지 않았으나, 중학생의 경우는 취업모그룹의 음주경험율과 흡연경험율이 높은 것으로 조사되었다.

본 연구 결과, 취업모그룹에서 중학생은 결식율, 음주와 흡연 경험율이 높게 나타났고, 고등학생의 경우는 패스트푸드의 선호도가 비교적 높고, 좀 더 다양하지 못한 식품섭취를 하고 있는 것으로 나타났다. 그 외 전반적으로 식사의 규칙성, 식품섭취빈도 등에서도 다소 차이를 보였는데, 특히 중학생의 경우, 고등학생의 경우보다 더 두드러진 차이를 보이는 경향이 있어 연령이 낮은 자녀일수록 식생활에 더 세심한 관심이 필요하다.

참고문헌

- 김복희·이윤나·이행신·장영애·김초일(2004) 주부의 취업여부에 따른 취학전 아동, 어린이 및 청소년의 식품 및 영양소섭취수준 -2001 국민건강영양조사-. 대한지역사회영양학회 2004 춘계 학술대회 초록. 133.
- 류호경·윤진숙(2000) 청년기 여성의 체형과 체중조절 경험에 따른 영양소 섭취량과 건강상태에 대한 비교 연구. 대한지역사회영양학회지 5(3), 444-451.
- 보건복지부(2002) 2001년 국민 건강·영양조사.
- 오선영·최정미(2004) 취업모의 양육태도와 자녀의 심리적 복지에 관한 연구. 한국지역사회생활과학회지 15(2), 109-121.
- 옥경희·김미혜·천희영(2001) 저소득층 아동의 학업, 정서 및 사회성 발달 : 부모보호와 자기보호 비교. 아동학회지 22, 91-113.
- 정은희(2002) 중학생의 흡연실태와 흡연에 따른 식습관 차이. 대한지역사회영양학회지 7(1), 14-22.
- 정은희(2004) 충청일부지역 중학생의 음주실태, 음주행동과 식습관. 한국지역사회생활과학회지 15(2), 73-82.
- 최규련(2004) 가족기능성과 대인관계성향과의 관계 -경기남부지역 고등학생을 중심으로-. 한국지역사회생활과학회지 15(2), 123-135.
- 통계청(2004) 9월 고용동향.
- 한경희·김기남·김영남·정은희·현태선·최미숙(2000) 충청지역 아동들의 영양상태 및 건강실태. 충청북도 연구과제 보고서
- 한성숙·김혜영·김우경·오세영·원혜숙·이현숙·장영애·김숙희(1999) 초, 중, 고 학생들의 가정환경, 영양섭취 실태 및 학업성취도와와의 관계에 관한 연구. 한국영양학회지 32(6), 691-704.
- Holly C, Robert TB(1998) Growth and Development; Physical, Mental, and Social Aspects. Adolescent Medicine 25.
- Kemm JR(1987) Eating patterns in childhood and adult health. Nutr Health 4, 205-215.
- Kim SH(1999) Children's growth and school performance in relation to breakfast. J Korean Dietetic Assoc 5(2), 215-224.
- USDA(2000) Health People 2010: Understanding and Improving Health.
- Willet W(1998) Nutritional epidemiology. 2nd ed., New York, Oxford University Press.