

대전지역 유치원 종일반, 반일반 유아와 이들 어머니의 식생활 비교

김나영[†] · 김성환 · 임지희

충부대학교 식품영양학과

The Dietary Life of Full- and Half-day Program Children and Their Mothers of Kindergarten in Daejeon

Na-Young Kim[†], Sung-Hwan Kim and Ji-Hee Lim

Dept. of Food Science and Nutrition, Joongbu University, Chungnam 312-702, Korea

Abstract

The purpose of this study was to provide basic information need to promote early childhood's growth with balanced diet and preferable dietary attitude by observing the provision of food service management in kindergarten in Daejeon. We researched the dietary life of full- and half-day program children and their mothers. A questionnaire survey was conducted with 392 children attending kindergarten and their mothers. The questionnaire items examined general characteristics, dietary life, dietary behavior, frequency food intake etc. The results of the survey were as follows. The frequency of breakfast intake of the half-day program children and their mothers was higher than that of the full-day program children and their mothers. Most of the children had an unbalanced diet about soybean, kimchi, and vegetables, whereas their mothers had an unbalanced diet about processed food. In general, the half-day program children showed higher scores than full-day children for the items of the dietary behavior of kindergarten. The dietary attitude and nutrition attitude scores of the half-day program children and their mothers were higher than those of the full-day program children and their mothers.

Key words : Dietary life, dietary behavior, full-day program, half-day program.

서 론

유아기는 신체 및 정신적 발달이 급격히 이루어지는 시기일 뿐 아니라 활동량이 많고 두뇌가 완성되는 시기이며, 신체의 제반 조절 기능 및 사회인지 능력이 발달하는 시기이다(Briley *et al* 1989). 이 시기에 유아는 자아성을 갖게 되며 음식의 선택 능력도 뚜렷하게 형성된다. 즉, 좋고 싫은 음식에 대한 확실한 의지를 표현하여 편식이 생기기 쉽고(Hong *et al* 2001) 이 때 형성된 잘못된 식습관은 성인이 된 이후의 식습관 및 건강상태에 영향을 줄 수 있으므로 간과할 수 없는 문제이다. 특히 5세 정도가 되면 음식 기호의 성향이 한층 뚜렷해지면서 자신이 이전부터 익숙한 음식만을 계속 고집하기 때문에 음식에 대한 편식현상이 뚜렷해진다(Allen & Marotz 1999). 우리나라 유치원 원아의 식행동에 영향을 미치는 식생활 환경의 요인 분석에서 유아의 60.4%가 편식을 하고 있는 것으로 나타났으며, 주로 어머니가 취업을 하고 있는 경우에

편식율이 더 높은 것으로 나타났다(Mo & Woo 1984).

유아들은 자신의 건강과 영양에 관한 지식이 부족하며 건강의 중요성도 잘 인식하고 있지 못하므로 식품 선택에 있어 올바른 판단 없이 기호에 치중하게 된다(Han *et al* 1997). 이러한 식습관 내지 식품기호는 이유기부터 장기간에 걸쳐 가정, 학교, 지역사회와 환경 등을 통해서 형성되는 것으로 유아기의 식품에 대한 경험은 이후의 식습관 형성에 결정적인 역할을 하게 된다(Birch 1987). 편식이 심한 경우에는 영양소의 결핍으로 인해 여러 가지 질병을 유발하게 되며, 특히 학령기에는 단 것이 많이 들어간 과자, 사탕류, 청량음료 등을 많이 먹으므로 당질 편중으로 인한 단백질과 무기질, 비타민의 결핍을 초래할 수 있다.

유치원의 하루 시간대별 프로그램은 반일반과 종일반 두 가지로 분류된다. 반일반 프로그램은 하루 중 3~4시간 운영 할 수 있도록 조정한 것이고 종일반 프로그램은 하루 6~8시간 동안 운영 할 수 있도록 한 것이다(Yang & Lee 1991). 우리나라 유치원 교육의 대부분은 반일반으로 운영되어 왔으나 새로 제정된 유아교육법으로 대부분의 유치원들이 종일반을 운영 할 것으로 보이며, 2003년 말 유치원의 35.2%가 종

[†] Corresponding author : Na-Young Kim, Tel : +82-41-750-6607, Fax : +82-41-750-6792, E-mail : nykim@joongbu.ac.kr

일반 운영을 시행하였다. 또한 종일반 유아교육 프로그램에 대한 요구가 점차 확산되고 있어 종일반 프로그램의 운영은 확대될 전망이다(Park *et al* 1998).

유아의 식습관이나 식생활 태도는 유치원의 급식관리뿐만 아니라 부모의 식습관 및 가정에서의 식생활 지도에 따라 영향을 받아 형성되는 것으로, 유아에게 영향을 미칠 수 있는 모든 환경 요인들을 함께 고찰하는 것이 유아의 올바른 식습관 형성을 위해 바람직하겠다. 특히 유아는 어머니에 의해 많은 영향을 받으므로, 어머니의 식생활을 유아의 식생활과 비교하는 것이 필요하다. 유아의 식사가 대부분 가정을 중심으로 이루어지며 부모는 유아의 식습관 형성에 직접적인 모델이 된다는 점에서 부모의 기호식품, 식품에 대한 태도 그리고 식생활 태도 등에 따라 유아의 식습관은 가장 크게 영향을 받는다(Burt & Hertzler 1978). 특히 어머니와 자녀는 정서적인 애착관계가 긴밀하므로 어머니의 식품기호는 어떤 연령에서 보다도 유아의 식품기호에 영향을 미칠 것으로 사료된다(Lee GH 2005). Wright & Radcliff(1992)와 Lee GH (2005)의 연구에서도 어머니의 식품기호가 유아의 식품기호에 영향을 미친다고 보고하였다.

그러나, 최근 확산되고 있는 학급운영형태인 종일반과 반일반 유아와 이들 어머니의 식생활을 비교한 연구는 이루어져 있지 않다.

따라서 본 연구에서는 유치원 급식의 중요성이 증가되는 추세에 따라 대전지역 유치원의 종일반과 반일반에 따른 유아와 이들 어머니의 식생활실태를 비교 연구하여 종일반과 반일반에 따른 유아와 어머니의 식생활에 차이가 있는지 알아봄으로써, 유치원의 급식관리와 가정에서의 식생활관리 및 영양교육을 위한 기초자료를 제공하고자 하였다.

연구방법

1. 조사대상 및 방법

본 연구는 2004년 7월 대전광역시 소재 직영급식을 실시하는 유치원 17곳을 선정하고 이들 유치원의 종일반과 반일반에 다니는 만 4~6세의 유아 500명을 대상으로 설문지를 배부하여 유아와 이들 어머니의 식생활에 관한 정보를 조사하였다. 본 연구에서 행한 자료 수집방법은 선정된 유치원의 조사 대상 가정을 대상으로 어머니에 대한 설문내용은 어머니가 응답하였고, 유아에 대한 설문내용은 유치원에서의 유아의 식행동 부분은 교사의 협조를 얻어 교사가 응답하였으며, 나머지는 유아의 어머니가 설문내용에 응답하도록 하여 수집하였다. 회수된 질문지 중 불완전한 응답으로 인하여 신뢰성이 부족한 설문지를 제외한 유아와 어머니가 작성한 392부, 교사가 작성한 366부를 본 연구 자료로 사용하였다.

데, 회수율은 각각 78%, 73%였다.

2. 조사내용

본 연구에 사용된 설문지의 내용은 선행 연구의 참고문헌의 문항에서 사용된 도구를 수정, 보완하여 작성하여 설문지를 구성하였다. 설문지의 내용은 유치원 종일반과 반일반 유아와 이들 어머니의 식생활 실태에 관한 내용으로 구성하였다. 종일반, 반일반 유아와 어머니의 식생활 실태에 관한 조사에서 일반사항, 식습관(식사섭취실태, 편식실태, 유치원에서의 식행동, 가정에서의 식행동, 영양태도)에 관한 사항을 조사하였다. 일반사항은 유아의 경우 성별, 나이, 형제수, 귀가시간을, 어머니의 경우 나이, 교육정도, 직업, 월수입 등을 조사하였다. 식사 섭취 실태는 세끼에 대한 식사 섭취 빈도와 식사를 거르는 이유에 대해 조사하였으며, 편식 실태는 편식의 빈도와 편식하는 식품의 종류에 대해 조사하였다. 유치원에서의 식행동은 식사 전, 식사 중, 식사 후 식행동으로 나누어 각각 10, 13, 5개의 문항에 대해 답하도록 하였는데, “대부분 그렇게 한다”는 1점, “대부분 그렇게 하지 않는다”는 0점으로 표시하도록 하였다. 가정에서의 식행동은 10개의 문항에 대해 5점 척도(1점 : 매우 그렇다. 5점 : 전혀 그렇지 않다)로 평가하도록 하였으며, 어머니의 영양태도는 10개의 문항에 대해 3점 척도(1점 : 거의 그렇지 않다, 3점 : 항상 그렇다)로 평가하도록 하였다.

3. 자료의 분석

수집된 자료의 통계처리는 SAS(Statistical Analysis System) package program을 이용하였고, 빈도수와 백분율, Mean ±SD를 구하였다. 유아와 어머니를 위한 설문지에서 식행동, 식태도, 영양태도 등은 평균과 표준편차를 구하였다. 식사 섭취 실태, 편식 실태에 대한 자료의 관련성 분석은 χ^2 -test를 적용하였으며, 문항별 두 그룹의 차이를 본 유치원에서의 식행동, 가정에서의 식행동, 영양태도에 대한 자료의 그룹별 차이 검정은 t-test를 사용하여 $p<0.5$ 에서 유의성을 검증하였다.

결과 및 고찰

1. 일반사항

조사 대상인 유아가 소속되어 있는 종일반과 반일반로 분류하여 비교 분석하였다. 유아와 어머니의 일반적인 사항에 대하여 살펴 본 결과는 Table 1, Table 2와 같다.

종일반과 반일반 유아의 비율은 “종일반”이 39.5%, “반일반”이 60.5%로 종일반 유아가 반일반 유아보다 적게 나타났다. 전체 392명 중 남아가 204명(52.0%), 여아가 188명(48.0%)이었으며, 종일반은 남아가 42.6%, 여아는 57.4%로 나타

났고 반일반은 남아가 58.2%, 여아가 41.8%로 나타나 유의적인 차이를 보였다($p<.01$). 반일반 또한 만 6세가 37.5%, 만 5세가 34.2%, 만 4세가 28.3%의 순으로 나타났다.

어머니의 일반사항은 Table 2와 같이 나이는 종일반, 반일반 모두 “30~39세”가 각각 79.3%, 91.6%로 가장 많았으나 반일반이 더 높은 비율이었고, 종일반 어머니의 경우 “20~29세”가 11%로 반일반 어머니의 4.6%보다 높았다($p<.01$). 어머니의 교육 정도는 종일반과 반일반 모두 “대학”이 각각 55.5%, 59.4%로 가장 높게 나타났고, “대학원 졸업 이상”이 각각 10.3%, 3.8%로 나타나 두 그룹 모두 60% 이상이 대졸 이상의 학력을 소유하고 있었다. 대학원 졸업 이상의 경우 종일반 유아의 어머니의 빈도수가 더 높게 나타나 어머니의 교육 수준이 높은 경우 종일반에 다니는 유아가 유의적으로 많았다. 어머니의 직업 종류로는 전체적으로 주부가 57.1%로 가장 많았고, 취업주부는 42.9%로 직업을 갖지 않은 경우가

Table 1. General characteristics of preschool children
N(%)

Item	Full-day	Half-day	Total	χ^2
Sex				
Boy	66(42.6)	138(58.2)	204(52.0)	9.2**
Girl	89(57.4)	99(42.3)	188(48.0)	
Total	155(39.5)	237(60.5)	392(100)	
Age(years)				
4	44(28.4)	67(28.3)	111(28.3)	0.5
5	48(30.9)	81(34.2)	129(32.9)	
6	63(40.7)	89(37.5)	152(38.8)	
Total	155(39.5)	237(60.5)	392(100)	
Number of siblings				
1	34(21.9)	37(15.6)	71(18.1)	8.7
2	95(61.3)	161(67.9)	256(65.3)	
3	20(12.9)	32(13.5)	52(13.3)	
4 ≤	6(3.9)	7(2.9)	13(3.3)	
Total	155(39.5)	237(60.5)	392(100)	
Return home time				
14:00~15:00	0(0.0)	222(92.9)	222(56.6)	356.3***
16:00~17:00	11(7.1)	17(7.1)	28(7.1)	
18:00~19:00	144(82.9)	0(0.0)	144(36.7)	
Total	155(39.5)	237(60.5)	392(100.0)	

** $p<.01$, *** $p<.001$.

더 많았다. 종일반 어머니는 “사무직”이 24.5%가 가장 높았고, 반일반 어머니는 주부가 79.1%로 가장 높았다($p<.001$). 가정 월 평균 수입은 종일반, 반일반 모두 “300만원 이상”이 각각 25.8%, 33.1%로 가장 많았고, “201~250만원”, “251~300만원”, “151~200만원”, “150만원 미만”的 순이었다($p<.05$).

2. 식사 섭취 실태

어머니와 유아의 식사 섭취 여부에 대한 조사 결과는 Table 3과 같다. 유아의 아침식사의 경우 종일반과 반일반

Table 2. General characteristics of mothers

Item	Full-time	Half-time	Total	χ^2
Age(years)				
20~29	17(11.0)	11(4.6)	28(7.1)	40.4**
30~39	123(79.3)	217(91.6)	340(86.7)	
40 ≤	15(9.7)	9(3.8)	24(6.1)	
Total	155(39.5)	237(60.5)	392(100)	
Education level				
Middle or high school	53(34.2)	87(36.7)	140(35.7)	8.1*
Collage	86(55.5)	142(59.9)	228(58.1)	
Graduate	16(10.3)	8(3.4)	24(6.1)	
Total	155(39.5)	237(60.5)	392(100)	
Type of occupation				
housewife	37(23.9)	187(78.9)	224(57.1)	119.7***
Service	11(7.1)	2(0.8)	13(3.3)	
Sales	25(16.1)	11(4.6)	36(9.2)	
Office work	38(24.5)	12(5.1)	50(12.8)	
Profession	24(15.5)	10(4.3)	34(8.7)	
Other	20(12.9)	15(6.3)	35(8.9)	
Total	155(39.5)	237(60.5)	392(100)	
Family income(won/month)				
< 150	23(14.8)	16(6.8)	39(9.9)	12.3*
151~200	28(18.1)	28(11.8)	56(14.3)	
201~250	34(21.9)	70(29.5)	104(26.5)	
251~300	30(19.4)	44(18.6)	74(18.9)	
301 ≤	40(25.8)	79(33.3)	119(30.4)	
Total	155(100.0)	237(100.0)	392(100.0)	

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$.

모두 “꼭 먹는다”고 대답한 유아들이 가장 많았지만, 반일반 유아가 “꼭 먹는다”고 대답한 비율이 89%로 종일반 유아의 76.1%보다 유의적으로 높았다($p<.01$). Choi HJ(2001)와 Park & Ahn(2003)의 연구에서도 아침식사를 하고 유치원에 등원하는 유아의 비율이 안 먹는 아이들 보다 높은 것으로 나타나 본 조사 결과와 일치하였다. 저녁식사의 경우에 종일반 유아가 “꼭 먹는다”에 100.0%가 답해 반일반 유아보다 높았으며, “가끔 먹는다”와 “먹지 않는다”는 종일반 유아가 모두 1.9%씩으로 나타나 더 높게 나타났다($p<.01$). 어머니의 아침식사의 경우 “꼭 먹는다”에서 반일반 어머니가 68.8%로 종일반 어머니의 51.3%보다 높게 나타나, 종일반 어머니보다

는 반일반 어머니가 아침식사를 하는 것으로 나타났다. 저녁식사의 경우 종일반, 반일반 어머니는 “꼭 먹는다”가 각각 78.1%, 88.9%로 반일반 어머니가 더 높았으며, “가끔 먹는다”는 각각 17.4%, 10.2%, “먹지 않는다”가 각각 4.5%, 0.9%로 나타나, 종일반 어머니가 반일반 어머니보다 저녁식사를 더 거르는 것으로 나타났다.

식사를 하지 않는 이유는 유아의 경우 “간식을 많이 먹어서”가 가장 많았다. Park & Ahn(2003)의 연구 결과에서는 “밥맛이 없어서”가 가장 높아 본 조사 결과와 다소 다르게 나타났다. 종일반 어머니의 경우 “시간이 없어서”(44.8%), “습관적으로”(22.1%)의 순으로 나타났고, 반일반 어머니의 경우

Table 3. Frequency of eating meals and reasons of skipping meals of children and mothers

N(%)

Item	Children		Mothers		
	Full-time	Half-time	Full-time	Half-time	
Frequency of eating meals					
Breakfast	Always eat	118(76.1)	211(89.0)	79(51.3)	163(68.8)
	Sometimes eat	32(20.7)	23(9.7)	61(39.6)	59(24.9)
	Do not eat	5(3.2)	3(1.3)	14(9.1)	15(6.3)
χ^2		11.6**	12.2***		
Lunch	Always eat	150(96.8)	234(98.7)	132(85.1)	190(80.5)
	Sometimes eat	5(3.2)	3(1.3)	21(13.6)	44(18.6)
	Do not eat	0(0.0)	0(0.0)	2(1.3)	2(0.9)
χ^2		1.8	1.9		
Dinner	Always eat	149(96.2)	237(100.0)	121(78.1)	209(88.9)
	Sometimes eat	3(1.9)	0(0.0)	27(17.4)	24(10.2)
	Do not eat	3(1.9)	0(0.0)	7(4.5)	2(0.9)
χ^2		9.3**	10.5**		
Reasons of skipping meals					
Taste bad	8(5.2)	21(8.9)	3(2.0)	21(8.8)	
No time to eat	37(24.2)	47(20.0)	69(44.8)	53(22.3)	
Don't eat meals with family	3(2.0)	1(0.4)	12(7.8)	30(14.8)	
Don't have dishes that like	20(13.1)	31(13.2)	2(1.3)	0(0.0)	
Because of snack	74(48.4)	101(43.0)	6(3.9)	30(16.9)	
From habit	5(3.3)	24(10.2)	34(22.1)	60(16.9)	
For diet	0(0.0)	0(0.0)	17(11.0)	35(14.8)	
Others	6(3.8)	10(4.3)	11(7.1)	13(5.5)	
χ^2		11.1	36.5***		

** $p<.01$, *** $p<.001$.

“시간이 없어서”(22.3%), “간식을 많이 먹어서”(16.9%), “습관적으로”(16.9%)의 순으로 유의적인 차이가 있었다($p<.001$). 본 조사 결과 유아들의 결식을 없애기 위해서는 유아와 어머니를 대상으로 영양교육을 통해 식사의 중요성을 인식하게 하는 것이 중요하다고 생각된다.

3. 유아와 어머니의 편식실태

유아와 어머니의 편식 여부와 편식의 종류 조사 결과는 Table 4와 같다. 유아의 편식 여부에서 종일반 유아가 “거의 하지 않는다”에서 21.4%로 반일반 유아(19.0%)보다 높은 것으로 응답하였다. 종일반과 반일반 모두 “가끔 한다”가 각각 57.1%, 58.6%로 가장 많이 응답하였고, 다음으로 종일반의 경우 “많이 한다”, “거의 안한다”가 각각 21.4%이고, 반일반의 경우 “많이 한다”가 22.4%, “거의 안한다”가 19.0%의 순으로 나타나 많은 유아가 편식을 하는 것으로 나타났다. 이

Table 4. Frequency and food items of unbalanced diet of preschool children and mothers N(%)

Item	Children		Mothers	
	Full-time	Half-time	Full-time	Half-time
Frequency of unbalanced diet				
Seldom	33(21.4)	45(19.0)	105(67.7)	163(69.4)
Sometimes	88(57.1)	139(58.6)	36(23.2)	55(23.4)
Often	33(21.4)	53(22.4)	14(9.0)	17(7.2)
χ^2	0.4		1.4	
Food items of unbalanced diet				
Cereals	9(5.8)	9(3.8)	0(0.0)	3(1.3)
Meat	4(2.6)	4(1.7)	16(10.3)	17(7.2)
Fish	5(3.2)	12(5.1)	10(6.4)	18(7.6)
Eggs	4(2.6)	5(2.1)	3(1.9)	12(5.0)
Beans	52(33.8)	70(29.8)	37(23.9)	37(15.6)
Vegetables	34(22.1)	63(27.2)	2(1.3)	2(0.8)
Fruit	1(0.6)	1(0.4)	2(1.3)	2(0.8)
Kimchi	22(14.3)	33(14.0)	3(1.9)	1(0.4)
Dairy products	3(1.9)	6(2.6)	18(11.6)	17(7.2)
Processed foods	5(3.2)	13(5.5)	53(34.2)	115(48.5)
Seaweeds	15(9.7)	18(7.7)	11(7.1)	13(5.5)
χ^2	15.4		18.5	

는 Park *et al*(1999)과 Park & Ahn(2003)의 연구 결과와 일치하였다. 어머니의 경우 종일반과 반일반 모두 “거의 안한다”, “가끔 한다”, “많이 한다”的 순이었는데, 종일반 어머니가 반일반 어머니보다 약간 더 편식을 하는 것으로 나타났다.

유아가 편식하는 식품의 종류로는 종일반, 반일반의 경우 “콩류”가 각각 33.8%, 29.8%로 가장 많이 나왔고, “채소류”, “김치류”的 순으로 나타나, 종일반과 반일반 유아가 편식하는 식품은 같게 나타났지만 “콩류”는 종일반 유아가 반일반 유아보다 더 편식을 하는 것으로 나타났다. Park & Ahn (2003)은 “젓갈류”와 “채소류”가 가장 높아 본 연구와 다르게 나타났다. 어머니의 경우 종일반의 경우 “가공식품”이 34.2%로 가장 높게 응답을 하였으며, 그 다음으로 “콩류”가 23.9%, “고기류”가 10.3% 등의 순으로 나타났고, 반일반의 경우 “가공식품”이 48.5%로 가장 높은 응답을 보였고, 다음으로 “콩류”가 15.6%, “생선류”가 7.6% 등의 순이었다. 어머니와 유아를 비교해 본 결과 어머니는 “가공식품”을 편식하는 반면 유아는 대부분이 편식하지 않는 것으로 나타났으며, 어머니가 “채소류”를 잘 먹는 반면에 유아는 채소를 편식하였다. 또한 “콩류”는 어머니와 유아 모두 편식하는 것으로 유아가 어머니의 영향을 받은 것으로 사료된다. 종일반과 반일반을 비교해 보면 “콩류”에서 종일반 유아와 어머니가 반일반 유아와 어머니에 비해 조금 더 편식을 하는 것으로 나타났다.

4. 유치원에서 유아의 식행동

유아의 유치원에서의 식사 전, 중, 후의 식행동에 대한 조사 결과는 Table 5와 같다. 식사 전 행동에서 가장 높은 점수를 나타낸 항목은 종일반은 “기도 등 감사하는 마음을 표시 한다”이며 반일반은 “손을 씻는다”였고, 가장 낮은 점수를 나타낸 항목은 종일반은 “음식과 건강에 대해 관심을 갖거나 이야기한다”였고, 반일반은 “자신이 먹을 만큼 적당한 양을 미리 덜어낸다”이었다. 식사 전 행동 중 “손을 씻는다”, “차례를 지킨다”的 항목에서 반일반 유아가 종일반 유아보다 식행동이 좋게 나타나 유의적인 차이를 나타내었고 ($p<.01$, $p<.001$), Lee *et al*(1999)의 연구에도 “맛을 보거나 음식의 맛에 대해 이야기 한다”, “음식의 색이나 모양, 냄새 등에 대해 관심을 갖는다”, “자신이 먹을 만큼 적당한 양을 미리 덜어낸다”, “차례를 지킨다”, “음식과 건강과의 관련성에 대해 관심을 갖거나 이야기 한다”的 항목에서 반일반 유아들이 유의적으로 양호한 식행동을 가지고 있었다고 하였다. 식사 중 행동으로 가장 높은 점수를 얻은 항목은 종일반은 “포오크나 숟가락을 바르게 사용한다”였고, 반일반은 “제 자리에 앉아서 먹는다”였다. 가장 낮은 점수의 항목은 종일반, 반일반 유아 모두 “친구와 음식을 나누어 먹는다”로 나타났다. 식사 후 행동으로 가장 높은 점수의 항목은 종일반

Table 5. Eating behavior of preschool children in kindergarten

Item	Full-time	Half-time	Total
Action before eating meal			
Taste or talk about the taste of food	0.66±0.48 ¹⁾	0.63±0.49	0.64±0.48
Take interest in color, shape or smell of food	0.80±0.40	0.73±0.45	0.76±0.43
Talk about name of food or oneself experience at past	0.73±0.45	0.65±0.48	0.68±0.47
Wash hands***	0.89±0.32	0.98±0.15	0.94±0.24
Arrange paly stuff or surroundings	0.84±0.36	0.90±0.30	0.88±0.33
Take food of suitable quantity that can eat out	0.63±0.48	0.55±0.50	0.59±0.49
Mark mind of thanks or say grace	0.93±0.25	0.96±0.20	0.95±0.22
Keep order**	0.89±0.32	0.96±0.20	0.93±0.26
Listen to teacher's explanation for food	0.75±0.43	0.81±0.40	0.78±0.41
Take interest in food and health or talk about it	0.63±0.49	0.70±0.46	0.67±0.47
Action while in eating meal			
Sit in place and eat**	0.84±0.37	0.92±0.27	0.89±0.32
Keep a fine posture and eat	0.72±0.45	0.73±0.44	0.73±0.45
Use fork or spoon rightly	0.86±0.35	0.88±0.32	0.87±0.34
Use chopsticks rightly	0.58±0.50	0.66±0.48	0.63±0.48
Use finger when take food #	0.77±0.42	0.72±0.45	0.74±0.44
Eat food impartially	0.64±0.48	0.63±0.49	0.63±0.48
Have an unbalanced diet extremely #	0.65±0.48	0.65±0.48	0.65±0.48
Eat food joyfully	0.80±0.40	0.83±0.37	0.82±0.38
Play with food #	0.73±0.44	0.77±0.42	0.76±0.43
Leave much food or eat much food overly #	0.73±0.44	0.74±0.44	0.74±0.44
Snatch food from friends or bother friends	0.84±0.37	0.86±0.35	0.85±0.36
Divide and eat food with friends***	0.53±0.50	0.28±0.45	0.38±0.49
Talk about experience and ideas for food	0.72±0.45	0.69±0.46	0.70±0.46
Action after eating meal			
Put tableware in decided place after eating*	0.93±0.26	0.98±0.15	0.96±0.21
Wipe mouth after eating***	0.66±0.48	0.82±0.39	0.75±0.43
Arrange the seat after eating	0.80±0.40	0.73±0.44	0.76±0.43
Separate and handle left food properly**	0.76±0.43	0.63±0.48	0.69±0.46
Express sense of gratitude after eating	0.69±0.46	0.68±0.47	0.69±0.46
Total	0.74±0.38	0.75±0.39	0.75±0.38

Scores are 0 to 1(0 point : most do not so, 1 point : most do so).

* Scores are 0 to 1(0 point : most do so, 1 point : most do not so).

* p<.05, ** p<.01, *** p<.001 by t-test.

¹⁾ Mean±SD.

과 반일반은 “먹고 난 후 식기를 정해진 곳에 갖다 놓는다”였고, 가장 낮은 점수의 항목은 종일반은 “먹은 후 입 가장자리를 닦는다”, 반일반은 “남은 음식을 적절히 분리하여 처리한다”로 나타났다. Lee et al(1999)의 연구에서도 “먹고 난 후 입 가장자리를 닦거나 자리를 정돈하는 정도”에서 반일반 유아들이 유의적으로 양호한 것으로 분석되어 본 조사 결과와 일치하였다.

유의적인 차이를 보인 문항 대부분은 반일반 유아들이 높은 경우였지만, “친구와 음식을 나누어 먹는다”와 “남은 음식을 적절히 분리하여 처리한다”의 두 항목은 종일반 유아들의 식행동이 좋은 것으로 나타났다.

5. 가정에서 유아와 어머니의 식행동

가정에서 어머니와 유아의 식행동에 대한 조사 결과는 Table 6과 같았다. 종일반, 반일반 유아 모두 “미역국을 안 먹는다”는 항목에서 가장 높은 점수를 보여 5점인 “전혀 그렇지 않다”에 가까워 미역국은 대체로 잘 먹는 것을 알 수 있었다. 다음으로 “된장국을 먹지 않는다”, “항상 없는 반찬을 찾거나 반찬 투정을 한다”의 순이었다. 종일반 유아는 “콩, 잡곡이 섞인 밥은 먹지 않는다”의 항목이 가장 낮은 점수를 보여 편식하는 것으로 나타났다. 반일반 유아는 “샐러드를 먹지 않는다” 항목에서 가장 낮았으며, 종일반 유아와 비교해서도 낮은 점수를 받아 종일반 유아보다 샐러드를 더

먹지 않았으며, 종일반 유아의 식행동과 유의적인 차이를 보였다($p<.01$).

종일반 유아와 반일반 유아 모두 각각 동일하게 5개 항목에서 가정에서의 식행동이 상대방 그룹에 비해 좋은 것으로 나타났으며, 전반적으로 유의적인 차이를 보이지 않았다.

어머니의 식행동 점수를 살펴보면, 종일반은 “미역국을 먹지 않는다”의 항목에서 4.70 ± 0.63 으로 가장 높은 점수를 나타냈고, “김치를 먹지 않는다”, “된장국을 먹지 않는다”의 순이었다. 반일반은 “김치를 먹지 않는다”的 항목에서 4.65 ± 0.75 로 가장 높은 점수를 나타냈고, 다음으로 “미역국을 먹지 않는다”, “된장국을 먹지 않는다”, “채소종류는 싫어한다” 등의 순이었다. 종일반과 반일반 어머니는 “국을 전혀 먹지 않는다” 항목에서 가장 점수가 낮아 대체로 국을 싫어하는 것으로 나타났다.

“고기만 먹는다”는 항목에서는 반일반 어머니가 유의적으로 높게 나타나($p<.05$) 반일반 어머니가 고기를 더 편식하는 것으로 나타났다. 종일반 어머니가 반일반 어머니 보다 높게 나타난 항목으로는 “국을 전혀 먹지 않는다”, “국에든 파를 건져내거나 고기를 남긴다”로 이 두 항목에 대해서는 종일반 어머니의 식행동이 더 좋았다. 나머지 항목에서는 반일반 어머니의 식행동 점수가 높아 더 좋은 것으로 나타났는데, 특히 “콩, 잡곡이 섞인 밥은 먹지 않는다” 항목에서는 반일반 어머니가 유의적으로 높은 점수를 받았다($p<.05$). 식행동 총

Table 6. Eating behavior of preschool children and mothers in home

Item	Children			Mothers			Total
	Full-time	Half-time	Total	Full-time	Half-time	Total	
Don't eat soup	$3.74\pm1.18^{1)}$	3.75 ± 1.04	3.74 ± 1.10	4.21 ± 0.99	4.13 ± 1.00	4.16 ± 1.00	
Don't eat bean paste soup	4.09 ± 1.12	4.21 ± 1.04	4.16 ± 1.07	4.64 ± 0.67	4.69 ± 0.58	4.67 ± 0.62	
Don't eat seaweed soup	4.34 ± 0.98	4.42 ± 0.94	4.39 ± 0.96	4.70 ± 0.63	4.70 ± 0.56	4.70 ± 0.59	
Don't eat salad	3.36 ± 1.34	2.94 ± 1.41	$3.11\pm1.40^{**}$	4.44 ± 0.96	4.51 ± 0.78	4.48 ± 0.86	
Only eat meat	3.65 ± 1.24	3.67 ± 1.21	3.66 ± 1.22	4.35 ± 0.89	4.54 ± 0.70	$4.47\pm0.79^*$	
Don't eat vegetables	3.40 ± 1.25	3.25 ± 1.27	3.31 ± 1.26	4.59 ± 0.64	4.69 ± 0.59	4.65 ± 0.61	
Don't eat Kimchi	3.85 ± 1.27	3.80 ± 1.29	3.82 ± 1.28	4.65 ± 0.75	4.73 ± 0.59	4.70 ± 0.66	
Don't eat cooked rice with beans	3.29 ± 1.36	3.45 ± 1.37	3.38 ± 1.37	4.48 ± 0.90	4.66 ± 0.75	$4.59\pm0.81^*$	
Pick up spring onion or leave meat in soup	3.33 ± 1.33	3.30 ± 1.24	3.31 ± 1.28	4.55 ± 0.84	4.42 ± 0.96	4.47 ± 0.92	
Want side dish that is not prepared or complain about side dish	3.94 ± 0.99	3.92 ± 0.95	3.92 ± 0.97	-	-	-	
Total	3.70 ± 1.21	3.67 ± 1.18	3.68 ± 1.19	4.51 ± 0.81	4.56 ± 0.69	4.54 ± 0.76	

Scores are 1 to 5(1 point : extremely, 2 point : generally, 3 point : in some degree, 4 point : not, 5 point : never).

* $p<.05$, ** $p<.01$ by t-test.

1) Mean \pm SD.

점에 있어서 유의적인 차이는 없지만 더 많은 항목에서 반일반 어머니가 종일반 어머니보다 식행동이 좋은 것을 알 수 있었으며, 유아의 식행동 점수보다 어머니의 식행동 점수가 대체로 높아 더 좋은 것으로 나타났다.

6. 어머니의 영양 태도

어머니의 영양 태도에 관한 조사 결과 Table 7과 같다. 종일반과 반일반의 어머니는 “식생활로 건강을 유지하거나 질병을 예방할 수 있다고 생각한다”의 항목에서 각각 2.67 ± 0.52 , 2.74 ± 0.47 로 가장 높은 점수를 나타냈고, “좋아하지 않는 음식이지만 건강을 위해서라면 많이 먹으려고 노력한다”의 항목이 가장 낮은 점수를 나타내었다. 이와 같이 종일반, 반일반 어머니는 건강보다는 주로 좋아하는 음식을 선택함을 알 수 있다. 종일반, 반일반 어머니는 “영양과 건강에 대한 정보에 관심이 많다”의 항목에서 각각 2.41 ± 0.61 , 2.53 ± 0.54 로 유의적인 차이가 나타나($p < .05$), 종일반의 어머니보다는 반일반의 어머니가 영양, 건강에 대한 정보에 관심이 많음을 알 수 있었다. 영양 태도 총점에 있어서 유의적인 차이는 없지만 전반적으로 반일반 어머니가 종일반 어머니보다 영양 태도가 좋은 것을 알 수 있고, 유아와 어머니의 영양 태도와 식 태도를 비교해 보면 전체적으로 종일반 유아와 어머니 보다 반일반 유아와 어머니가 좋은 것으로 나타났다.

요약 및 결론

본 연구는 대전지역 유치원의 종일반과 반일반 유아와 어머니의 식생활 실태를 비교 연구한 것으로 결과를 요약하면 다음과 같다.

1. 유아의 비율은 종일반이 39.5%, 반일반이 60.5%로 나타났고 어머니의 교육 정도는 두 그룹 모두 60% 이상이 대졸 이상의 고학력 수준이었으며, 종일반, 반일반 어머니 각각 취업주부가 76.1%, 21.5%로 나타나 종일반을 선택하는 어머니 대부분이 취업상태였다.
2. 대부분의 유아가 아침과 저녁식사를 꼭 섭취하였으나 반일반 유아가 종일반 유아보다 아침식사 비율이 높게 나타났고, 어머니의 경우도 반일반 어머니가 종일반 어머니보다 아침, 저녁식사 비율이 높게 나타났다.
3. 유아가 주로 편식하는 음식은 콩류, 채소류, 김치류 순이었고, 반일반 유아의 경우 종일반 유아보다 콩류와 국을 먹지 않았고, 종일반 유아는 반일반 유아보다 김치를 먹지 않아서 유의적인 차이가 있었다($p < .05$). 어머니가 주로 편식하는 것은 가공식품, 콩류의 순인 반면 유아는 대부분이 가공식품을 먹는 것으로 나타났고, 콩류는 어머니와 유아 모두 편식하는 것으로 나타났다.
4. 유치원에서 유아의 식행동을 살펴보면, 식행동 총점에서 유의적인 차이는 없었지만, 반일반 유아가 0.75 ± 0.39 로 종일반 유아의 0.74 ± 0.38 보다 다소 높은 점수를 받았다. 대부분의 문항은 반일반 유아의 식행동 점수가 높았으며, “손을 씻는다”, “차례를 지킨다”, “제자리에

Table 7. Mothers' nutritional attitude

Item	Full-time	Half-time	Total
Try to eat enough amount without skipping meal	$2.50 \pm 0.59^1)$	2.54 ± 0.58	2.52 ± 0.58
Eat anything that want to eat regardless of nourishment [#]	2.20 ± 0.40	2.19 ± 0.39	2.20 ± 0.40
Try to eat much the food for health although it is food that don't like	2.03 ± 0.72	2.05 ± 0.63	2.04 ± 0.66
Think that a person can keep health or prevent disease by dietary life	2.67 ± 0.52	2.74 ± 0.47	2.71 ± 0.49
Want to change present dietary life [#]	2.22 ± 0.42	2.22 ± 0.41	2.22 ± 0.41
Have a great interest in information about nutrition and health	2.41 ± 0.61	2.53 ± 0.54	2.48 ± 0.57
Try to eat various food	2.48 ± 0.61	2.54 ± 0.56	2.52 ± 0.58
Have not felt a feeling of satisfaction by meal until now [#]	2.48 ± 0.50	2.48 ± 0.50	2.48 ± 0.50
Try to select food for health than food that like	2.18 ± 0.62	2.24 ± 0.60	2.22 ± 0.61
Will try to eat the food that have not eaten if the food is good for health	2.07 ± 0.72	2.05 ± 0.69	2.06 ± 0.70
Total	2.31 ± 0.57	2.36 ± 0.54	2.34 ± 0.55

Scores are 1 to 3(1 point : seldom, 2 point : sometimes, 3 point : always).

[#] Scores are 1 to 3(1 point : always, 2 point : sometimes, 3 point : seldom).

¹⁾ Mean \pm SD.

앉아서 먹는다”, “먹은 후 식기를 정해진 곳에 갖다 놓는다”, “먹은 후 입 가장자리를 닦는다”의 5개의 문항에서는 유의적으로 높은 식행동 점수를 받았다($p<.05$, $p<.01$, $p<.001$). “친구와 음식을 나누어 먹는다”와 “남은 음식을 적절히 분리하여 처리한다”의 두 항목은 종일반 유아들의 식행동이 좋은 것으로 나타났다($p<.01$, $p<.001$).

5. 유아의 가정에서의 식행동에서는 종일반, 반일반 모두 “미역국을 안 먹는다”는 항목이 가장 높아 미역국은 대체로 잘 먹었으며, “샐러드를 먹지 않는다”는 항목은 반일반 유아의 식행동점수가 낮았다($p<.05$). 종일반과 반일반 유아 모두 각각 5개의 항목에서 상대방 그룹보다 식행동 점수가 좋았으며, 그룹간에 유의적인 차이는 없었다. 어머니의 경우 “고기만 먹는다”는 항목에서는 반일반 어머니가 유의적으로 높게 나타나($p<.05$) 반일반 어머니가 고기를 더 편식하였으며, “국을 전혀 먹지 않는다”, “국에든 파를 건져내거나 고기를 남긴다”의 두 항목에서도 종일반 어머니의 식행동이 더 좋았다. 그러나 나머지 항목에서는 반일반 어머니의 점수가 높아 식행동이 더 좋은 것으로 나타났는데, 특히 “콩, 잡곡이 섞인 밥은 먹지 않는다” 항목에서는 반일반 어머니가 유의적으로 높은 점수를 받았다($p<.05$). 식행동 총점에 있어서 유의적인 차이는 없지만 더 많은 항목에서 반일반 어머니가 종일반 어머니보다 식행동이 좋은 것을 알 수 있었으며, 유아의 식행동 점수보다 어머니의 식행동 점수가 대체로 높아 더 좋은 것으로 나타났다.

6. 어머니의 영양태도에 관한 조사 결과 종일반의 어머니 보다는 반일반의 어머니가 영양, 건강에 대한 정보에 관심이 많음을 알 수 있었다($p<.05$). 영양태도 총점에 있어서도 반일반 어머니가 종일반 어머니보다 영양태도가 좋은 것을 알 수 있었다.

이상의 결과를 종합해 볼 때 종일반 유아들의 식사 섭취 빈도가 반일반 유아에 비해 더 낮았으며, 유치원에서의 식행동도 더 많은 항목에서 반일반 유아가 종일반 유아보다 우수하여 학급 운영 형태인 종일반과 반일반에 따라 유아의 식생활에 차이가 있음을 알 수 있었다. 또한 어머니의 식행동 및 영양태도에서도 반일반 어머니가 종일반 어머니보다 좋은 것으로 나타나 어머니의 식생활이 유아의 식생활과 관계가 있을 것으로 생각된다. 따라서 식사 섭취 빈도가 낮고, 유치원에서 더 많은 시간을 보내는 종일반 유아를 위한 유치원에서의 급식 관리가 더욱 중요할 것으로 판단되며, 유아의 올바른 식습관과 식생활 태도 형성을 위해서는 가정과 유치원에서 모두 유아의 식생활에 많은 관심을 갖고 문제점을 개선 할 수 있도록 함께 노력해야 할 것으로 사료된다.

문 현

- Allen KE, Marotz LR (1999) Developmental profiles : Pre-birth through eight(3rd ed.). Albany, NY Delmar.
- Birch L (1987) The role of experience in children's food acceptance patterns. *J Am Diet Assoc* 87: 536.
- Briley ME, Buller AC, Roberts-Gray C, Sparkman A (1989) What is on the menu at the child care center? *J Am Diet Assoc* 89:771-774.
- Burt J, Hertzler A (1978) Parental influence on the child's food preferences. *JNE* 10: 127-128.
- Choi HJ (2001) A study of dietary habit and taste of preschool children. *MS Thesis* Catholic University of Deagu, Gyeongbuk.
- Han HY, Kim EK, Park KW (1997) Effects of nutrition education on nutrition knowledge, food attitude, food habits, food preference and plate waste of elementary school children served by the national school lunch program. *J Korean Nutr Soc* 30: 1219-1228.
- Hong SM, Seo YE, Kim HJ (2001) A study on nutritional status of preschool children in Ulsan area - I . Food habit and eating behavior. *Ulsan J Human Ecology* 3: 77-92.
- Lee GH (2005) A study of the correlation of the food preferences of kindergarten children and their mothers. *J Child Education* 14: 157-178.
- Lee YM, Chung MR, Kim JH (1999) Evaluation of eating behaviors of children in early childhood education institution. *J Korean Home Economic Assoc* 37: 69-81.
- Mo SM, Woo MK (1984) Dietary behaviors of young children in day care center regarding the family and dietary environments. *J Korean Home Economics Assoc* 22: 51-62.
- Park HS, Ahn SH (2003) Eating habits and social behavior in Korean preschool children. *Korean J Nutr* 36: 298-305.
- Park SY, Paik HY, Moon HK (1999) A study on the food habit and dietary intake of preschool children. *Korean J Nutr* 32: 419-429.
- Park WY, An RR, Ha YS (1998) Children's stress behavior patterns in full-day and half-day kindergarten programs. *Korean J Early Childhood Education* 18: 135-155.
- Wright DE, Radcliff JE (1992) Parents' perception of influence on food behavior development of children attending day care facilities. *J Nutr Education* 24: 198-201.
- Yang OS, Lee YJ (1991) The effectiveness of an all-day kindergarten program. *J Educational Research* 29: 165-180.

(2005년 11월 30일 접수, 2006년 2월 6일 채택)