

가족이 함께하는 식사시간과 영향요인에 대한 연구*

Family Meal Time and the Related Factors

대구대학교 가정복지학과
교수 조희금*
우석대학교 실버복지학과
교수 이승미**
한국방송통신대학교 가정학과
교수 김외숙
서울대학교 소비자아동학부
교수 이기영
고려대학교 가정교육과
교수 이연숙
고려대학교 대학원 가정학과
박사수료 한영선

Dept. of Family Welfare, Daegu Univ.

Professor: Hee-Keum Cho

Dept. of Senior Welfare, Woosuk Univ.

Professor: Seung-Mi Lee

Dept. of Home Economics, Korea National Open Univ.

Professor: Oi-Sook Kim

Dept. of Consumer Studies & Resource Management, Seoul National Univ.

Professor: Ki-Young Lee

Dept. of Home Economics Education, Korea Univ.

Professor: Yon-Suk Lee

Dept. of Home Economics, Graduate School of Korea Univ.

Ph.D. Candidate: Young-Sun Han

〈목

차〉

I. 서론

IV. 결과분석

II. 선행연구 고찰

V. 결론 및 제언

III. 연구문제 및 연구방법

참고문헌

* 본 연구는 2010년도 통계청 연구용역 “식사, 가사노동, 여가를 중심으로 한 가족공유시간 분석”의 자료를 일부 활용하였음.

** 주저자: 조희금 (hkcho@daegu.ac.kr)

*** 교신저자: 이승미 (smlee21@hanmail.net)

〈Abstract〉

The purpose of this study is to analyze the family's meals of the daily time use and to examine how shared meals time together with family is influenced by socio-demographic variables. The Time Use Survey data collected by Korean National Statistical Office in 2009 is used. Among the total sample of 21,000 individuals, 9,179 samples who are married, aged from 20 to 59 years old and non-farmers are selected for analysis. The statistical methods are frequency, percentage, and censored regression model. The following is a summary of the major findings.

The first, compared with the research results in 1999 and 2004, the time use of meals by adults is longer. But average time of family meals decreases and rates of family meals participants 2009 decrease 5.6% than 1999.

Secondly, the family meals time increases from about 36 minutes on weekdays to about an hours at weekends. Regardless of the day, the women's family meals time is longer than that of men's.

Thirdly, the influencing factors on family meals are sex, age, education, presence or absence of spouses, monthly income, weekly working hours and presence or absence of preschoolers. And the magnitude of gender differences in daily shared meals is not particularly large except in the case of some socio-demographic variables. Regardless of the day, women's family meals time is more affected by either dual-earner status or monthly income than that of men's.

Key Words : 가족공유 식사(family meals), 생활시간조사(time use survey), 시간사용
(time use)

I. 서론

사람들의 삶의 방식과 패턴은 다양한 척도로 측정되고 있는데 그 중 객관적 단위인 시간을 분석도구로 활용하면 사람들이 언제, 어디서, 어떤 행동을 어느 정도 하는지에 관한 구체적 실태를 파악할 수 있다. 사회적 존재인 인간은 동일한 행동을 하더라도 누구와 함께 하느냐에 따라 그 행동의 의미를 다르게 인식 할 수 있고, 특정행동을 특정인과 함께할 경우 특별한 기능이 부가되기도 한다. 최근 시간사용연구가 개인의 활동뿐 아니라 가족이 함께하는 가족시간(Family Time)으로 확대되고 있는 것은 이러한 분석을 통해 가족구성원으로서의 개인과 가족집단이 가족공동의 목표달성을 및 욕

구충족을 위해서 어떻게 시간 자원을 배분하는지를 알 수 있게 할 뿐 아니라 생활실태를 구체적으로 파악하고 삶의 질을 개선시킬 수 있는 실제적 방법을 모색하는데 도움을 주기 때문이다.

한편 우리나라는 1960년대부터 본격적으로 시작된 산업화 이후 인구구조가 변화되었고, 그에 따라 가족제도와 구조도 변화되었다. 전통적인 농업사회에서는 가족이 하나의 경제적 단위일 뿐만 아니라 가장의 사회적 지위가 그 가족구성원 모두의 지위로 연결되는 가족중심의 사회였다. 그러나 산업화 이후 가족구조는 부부중심의 핵가족으로 변화하였으며, 가족구성원인 개인은 지역적 구속이나 친족망에서 벗어나 개인의 능력에 따라 성취지위를 획득하는

비교적 자유롭고 개별화된 생활양식을 형성하게 되었다. 따라서 개인의 시간사용배분은 공적영역 직장, 학교 등의 시스템적 시간구조, 즉 출퇴근 시간, 등하교 시간 등 스케줄에 의해 영향을 받게 되었고, 이에 따라 가족이 함께 어떤 활동을 하기에 어려운 상황에 처하게 되었다.

산업화와 더불어 노동시장의 변화, 교육수준 향상 등으로 여성 경제활동 참가율은 1963년 37.0%에서 2008년 49.9%로 급격히 증가하였고, 유배우 기혼여성의 경제활동 참가율 역시 1990년 45.1%, 2000년 48.7%, 2008년 49.8%로 지속적으로 증가하는 것으로 나타났다(통계청, 경제활동인구연보). 이러한 기혼 여성의 경제활동 참여 증가는 가족이 함께 식사하는 시간을 감소시킨 반면 개별 가족구성원의 혼자 식사율을 증가시켰고, 외식율의 증가, 식생활의 서구화 및 간편화 등의 변화를 가져와 가족 구성원들의 영양불균형 문제, 가족 간 유대감 저하, 식습관 및 식생활교육 문제 등이 발생하게 되었다.

가족이 함께 하는 식사는 단지 함께 먹는 행위만이 아닌 함께 상호작용하는 과정을 포함하는데 이러한 과정을 통해 아이들은 가족구성원으로서 자신의 역할과 책임을 인식하게 되고, 가족 공동체 의식 및 세대 간 가족 문화의 전달과 창조, 자녀교육 및 사회화, 행복한 가족을 만들 수 있는 기회가 될 수 있다. 일정한 형식을 갖추고 매일 반복되는 가족식사야말로 가족의 의식을 대표하는 것이며, 가족식사시간 중 이루어지는 상호작용은 가족간 친밀감을 높이고(Cason, 2006; Eisenberg, Olson, Neumark-Sztainer, Story & Bearinger, 2004; Franko, Thompson, Affenito, & Barton 2008; USDA, 2006), 가족 간 관계에서 나타나는 문제들을

해결할 수 있는 하나의 방안이 된다. 최근 가족식사가 가지는 힘을 강조하는 사람들은 부모와 자녀가 함께 하는 식사가 자녀의 언어습득 능력, 대화의 능력, 타협과 설득의 능력 등을 키워주고, 건강을 유지하게 하며 비만이나 섭식장애를 방지한다는 연구결과를 제시한다(와인스타인, 2006).

이와 같이 최근 연구들에서 가족식사의 효과 및 중요성이 입증되면서 사회적 차원에서 가족이 함께 하는 식사율을 높이기 위한 방안들이 모색되고 있다. 미국에서는 거의 모든 주 정부가 매년 9월 넷째 월요일을 가족식사의 날로 정해 가족이 함께 저녁식사를 하도록 유도하고 있고, 뉴저지주 리지우드에서는 특정일을 정해 학생들에게 숙제나 학교행사 등을 없애고 ‘가족의 밤’을 만들어 가족이 같이 저녁식사를 할 수 있도록 배려하고 있다(국립서울병원, 2006). 영국정부는 ‘온 가족이 한자리에 모여 함께 식사하자’는 사회캠페인을 벌이고 있는데, 이를 통해 국민들의 영양상 균형있는 식사를 도모하고, 정크푸드 섭취를 줄이며, 가족 간 대화시간을 늘려 사회문제를 예방하기를 기대하고 있다(중앙일보, 2006). 우리나라에서도 농림수산식품부가 주도하여 2010년부터 전국 20개 초등학교¹⁾를 선정하여 초등학생들에게 아침밥 먹기를 통한 식생활 개선 프로그램을 시행할 계획이라고 밝혀 가족과 함께 하는 아침식사시간도 증가될 것으로 예측되고 있다.

이렇게 가족식사의 의미가 재조명되면서 가족식사에 관한 연구들이 지속적으로 증가하고 있고, 가족식사 시간의 증대를 위한 사회적 차원의 노력들이 나타나고 있으나 우리나라에서는 그 동안 가족이 함께 하는 식사에 관한 연구가 양적, 질적으로 미비하였고, 연구들이 대부분 영양학적 측면에서 가족식사가 성장기 심

1) 서울 3곳, 부산 1곳, 인천 1곳, 광주 1곳, 대전 1곳, 울산 1곳, 경기 6곳, 충북 1곳, 충남 1곳, 경북 1곳, 경남 1곳, 전북 1곳, 전남 1곳

리적 안정과 건강, 식습관, 그리고 비만 등에 미치는 요인 등을 분석하여 가족식사의 시간분석은 매우 부족한 실정이다. 식사시간에 관한 국내 선행연구 중 김외숙, 이기영, 이연숙, 조희금, 이승미(2005)는 생활시간의 국가간 비교에서 여가시간 및 노동시간, 가족식사를 포함하는 식사시간의 성차에 관하여 보고하였다. 하루 시간사용에서 여가시간은 남성이 여성보다 길었고, 수입노동 및 가사노동을 포함하는 의무생활시간은 여성이 길었으며, 식사시간에 있어서는 한국과 미국의 경우 남성의 식사시간이 여성보다 약 6분 길었고, 독일의 경우 여성의 식사시간이 남성보다 7분 길었다. 이러한 남녀간 식사시간 차이는 기존의 일부연구(손문금, 2005; 이기영, 김외숙, 서창원, 이승미, 1994; 아동훈, 이호진, 정민근, 2010; 이승미, 이기영, 1998)에서도 보고하고 있으나 대부분의 연구들이 가족공유 식사, 혼자 식사, 가족외 사람과의 식사 모두가 포함된 식사시간을 분석하여 가족공유 식사시간의 구체적인 실태를 알 수 없는 실정이다. 가족식사를 포함하는 생활필수 시간의 남녀차이는 노동시간이나 여가시간 영역에 비해 적은 편이나 식사시간의 길이 및 식사를 누구와 함께 하는가는 생활양식 전체의 영향을 받기 때문에 가족식사에서 남녀차이는 어떠한지를 살펴 볼 필요가 있다.

따라서 본 연구에서는 삶에 중요한 요소로 작용하는 가족공유 식사에 대해 분석하기 위해 통계청에서 실시한 3차례의 「생활시간조사」 자료를 활용하여 20세 이상 성인의 식사시간 변화를 살펴보고, 2009년 「생활시간조사」를 토대로 가족공유 식사시간의 실태와 가족공유식사 시간에 영향을 미치는 요인을 분석한다. 이러한 연구목적을 달성하기 위해 식사시간을 가족이 함께 하는 식사시간, 혼자 하는 식사시간, 그리고 가족 외 사람과 함께하는 식사시간으로 구분하고, 아침, 점심, 저녁시간대로 나누어 요

일별로 분석하고자 하며, 가족공유 식사시간에 영향을 미치는 요인은 요일 및 성별에 따라 차이가 있는가에 초점을 두어 분석하고자 한다.

II. 선행연구 고찰

1. 가족공유시간의 개념과 의의

가족이 함께하는 시간은 다양한 인간의 활동 중에 ‘가정’이라는 생활공동체에서 이루어진다는 점에서 다른 조직과는 다른 역동적이고, 궁정적인 시너지 효과가 있다. 즉 가족원간의 공유는 가족의 의사소통 증진, 질적으로 증가된 가족관계, 가족결속력 및 웅집력 증진 등 궁정적인 결과로 이어져 궁극적으로 인간의 삶의 질을 향상시키는 것으로 보고(이승미, 이기영, 1998; Klausner, 1968; West & Merriam, 1970)되고 있다. 따라서 시간이라는 객관적 도구를 통해 가족이 어떤 활동에 어느 정도 함께하는가, 즉 가족공유시간의 실태를 밝히고, 개별 가족구성원들의 가족공유시간과 개인시간간 균형성 정도, 가족 공유시간에 영향을 미치는 사회인구학적 변수를 분석하는 것은 의의가 있다.

가족공유시간의 개념정의를 살펴보면, 부모와 자녀의 공유시간을 분석한 선행연구(이승미, 이기영, 1998)에서는 동일한 장소에서 가족원 두 사람 이상이 동일한 활동에 함께 참여하는 것으로 정의하였고, Barnet-Verzat, Pailhé와 Solaz (2005)는 부부의 공유여가시간을 측정하면서 같은 시간에 같은 장소에서 부부가 같은 활동을 수행한 공통의 동일한 활동으로 부부공유시간을 정의하였다. 가족공유활동 및 시간 등에 관한 연구목적이나 연구자, 가족공유경험에 따른 기능 등에 따라 개념에 약간의 차이가 존재하는데 두 명이상의 가족구성원이 참여하는 것으로(홍성희, 1996), 동거중인 가족구성원 모두가 같은 활동에 참여하는 것으로 개념을 정의

하기도 하였으며(홍성희, 2003), 부모 중 한 사람이나 부모 모두와 자녀 중 한 사람이나 자녀 모두가 함께 하는 것(지영숙, 이태진, 2001)으로 가족공유활동을 정의되기도 하였다.

통계청 「생활시간조사」의 경우 시간일지(time-diary)를 통한 응답자의 직접 기입식 조사에 의한 데이터 수집이라는 특성과 통계청 「생활시간조사」 행동분류 기준을 고려하여 본 연구에서는 2인 이상의 가족원이 같은 장소에서 함께하는 시간을 가족공유시간, 그 중에서 함께하는 식사를 가족공유 식사시간으로 개념화하고자 한다.

2. 가족공유 식사에 관한 선행연구 고찰

가족식사의 의미와 효과를 분석한 선행연구를 보면, 가족식사는 건전한 식습관의 형성(이지은, 정인경, 2005; Waxman, 2006), 건강유지 및 건강수준의 향상(김현아, 2004; 박건영, 2006; 아다치 미유키, 2000; Barbara & Marlene, 2008), 그리고 부모가 자녀들에게 좋은 역할 모델이 되면서 식사예절에 도움이 되는 것(Fulkerson, Neumark-Sztainer & Story, 2006)으로 나타났고, 자녀들의 학교성적을 높이고 자녀들의 비행(음주, 마약 등)을 낮추는 것(국립서울병원, 2006; Compan, Moreno, Ruiz & Pascual, 2002; Eisenberg, Olson, Neumark-Sztainer, Story & Bearinger, 2004; Moreno & Galiano, 2006; Nancy, 2006)으로 보고되고 있다. 또한 어린시절 가족과 함께 하는 식사는 자녀들이 후에 청소년이 되었을 때 스트레스를 낮추고, 사회적응력을 높이는 요소이며(Franko *et al.*, 2008), 청소년들의 자아존중감 향상과 심리적 우울증을 치료하는 효과가 있는 것으로 나타났다(Eisenberg *et al.*, 2004). 초등학생들의 가족식사와 영양섭취의 관계를 분석한 선행연구(박건영, 2006)에서는 가족이 함께 하는 식사가 균

형적인 영양소 섭취에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 다른 연구(이지은, 정인경, 2005)에서는 어머니와 자녀가 함께 하는 식사가 자녀들의 식습관에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

가족식사시간을 포함하여 가족의 공유활동과 공유시간에 초점을 둔 선행연구를 살펴보면 다음과 같다. 먼저 가족공유시간과 공유활동을 통해 가족간 상호작용을 분석한 연구(Davey & Paolucci, 1980)에 의하면, 가족의 상호작용은 사회적 활동, 식사, 가족간 보살피기 활동에서 주로 일어나며, 어머니와 자녀가 함께 하는 시간이 가족의 상호작용에 주요한 투입요소로 분석되었다. 가족원들이 함께 하는 활동 중 가장 큰 비중을 차지한 것은 레크리에이션, 놀이, 방문과 같은 사회적 활동으로 약 61%를 차지하였고, 그 다음으로는 함께 식사하기가 약 15%를 차지하였다. 또한 가족식사시간은 과거보다 감소하여 인간발달과 가족간의 유대감 형성, 의사소통 등에 부정적 영향을 줄 것으로 전망하고 있다.

다음으로 가족식사시간과 영향요인을 분석한 선행연구를 보면, 맞벌이 여부와 남녀간 성차에 주목하여 가족식사시간을 분석한 연구(Paul & Steven, 1987)에서는 가족식사시간의 경우 홀벌이 가정의 남편은 47.6분, 부인은 40.5분이며, 맞벌이 가정의 남편은 42.1분, 부인은 33분으로 나타나 맞벌이 여부에 관계없이 남편의 가족식사시간이 부인의 가족식사시간에 비해 길었다. 또한 남편과 부인의 가족식사시간에 영향을 미치는 요인을 분석한 결과, 남편의 경우 노동시간, 결혼지속년수, 비노동일정이, 부인의 경우에는 노동시간, 비노동일정, 가계소득이 유의미한 요인으로 나타났다. 부부가 함께하는 시간에 관한 연구(Bryant & Wang, 1990)에 의하면, 부부가 함께 하는 식사시간이 51.9분으로 나타났으며, 부부 공유식사시간에 영향

을 미치는 변수는 부인의 임금률, 부인의 교육 수준, 자녀의 연령, 요일 등으로 나타났다. 영국의 2000년 생활시간조사 자료를 사용하여 부부의 공유시간을 분석한 연구(Gatenby, 2004)에서는 성인커플의 공유시간 중 가장 많은 비중을 차지하는 것은 TV 시청시간이었고, 그 다음이 식사시간으로 나타났는데, 주중에는 27분을, 주말에는 41분(토요일 38분, 일요일 43분)을 함께 식사하는데 사용하는 것으로 나타났다. 프랑스 시간사용조사 자료를 활용한 선행연구(Lesnard, 2008)에서는 자녀가 없는 맞벌이 가정의 가족 식사시간은 1시간 9분, 자녀가 있는 맞벌이 가정의 가족 식사시간은 50분으로 나타나 자녀의 존재는 맞벌이 가정의 공유식사시간을 감소시키는 요인으로 보고되었다. Bryant와 Cathleen(1996)은 부모와 자녀가 함께 식사하는 시간은 약 42분으로 보고 하였고, 어머니와 자녀가 함께 식사하는 시간은 어머니의 연령이 많을수록, 가계소득이 높을수록, 3-5세의 자녀가 존재할 경우 길어지는 것으로 나타났다. 반면 12-17세 자녀가 존재할 경우 어머니와 자녀가 함께 식사하는 시간은 감소하였다.

한편 국내의 연구를 보면, 가족식사의 빈도를 보여주는 최근의 조사인 「국민건강통계」 국민건강영양조사(2008) 보고에 의하면 우리나라 국민의 아침 가족동반식사율은 58.5%(남 57.1%, 여 59.9%), 점심 가족동반식사율은 19.6%(남 17.6%, 여 21.7%), 저녁 가족동반식사율은 68.1%(남 66.0%, 여 70.2%)인 것으로 나타났다. 부모와 자녀의 공유시간 분석연구(이승미, 이기영, 1998)에 의하면, 가족의 공유식사시간은 평일에는 41.1분, 토요일 49.9분, 일요일 85.2분으로 나타났으며, 부인의 취업은 가족공유 식사시간에 부적인 영향을 주고, 부인의 가족응집성은 가족공유 식사시간에 정적인 영향을 주는 것으로 분석되었다.

III. 연구문제 및 연구방법

1. 연구문제

본 연구의 연구문제는 다음과 같다.

[연구문제 1] 가족공유 식사시간의 실태는 어떠한가?

[연구문제 2] 가족공유 식사시간에 영향을 미치는 요인은 무엇이며, 성별에 따라 영향요인에 차이가 있는가?

2. 연구방법

1) 분석자료와 분석대상

본 연구에서 사용된 자료는 2009년 통계청에서 실시한 제3차 「생활시간조사」 원자료이다. 이 가운데 본 연구의 분석대상은 20세 이상 60세 미만의 기혼자 중 가구주 및 가구주의 배우자로 제한하였고 농가 및 단독가구는 제외하였다. 기혼자로서 가구주 및 가구주의 배우자로 한정한 이유는 미혼자의 경우 동일 연령이라 하더라도 가족관계나 가족활동 등이 기혼자와 다르다는 점을 고려하였기 때문이다. 또한 본 연구에서 농가를 제외한 이유는 가족과 함께 하는 활동에 주목하는 중요한 이유가 산업화에 따른 가족생활의 변화와 영향을 파악하기 위한 것이기 때문이며, 가족공유가 가족을 전제로 하는 활동이기 때문에 단독가구를 제외하였다.

가족공유 식사시간의 분석은 “주행동”을 분석대상행동으로 하였고, 요일별 비교를 위하여 평일과 일요일을 구분하여 분석하였다. 일반적으로 생활시간조사 분석은 요일별 차이를 고려하여 평일, 토요일, 일요일로 구분하거나 평일과 주말로 구분하여 분석하고 있으나 본 연구에서는 요일별 차이를 대표적으로 나타낸다는

〈표 1〉 본 연구의 분석자료 대상자의 특성

단위: 빈도(%)

변수	구분	전체(9,179)	단위: 빈도(%)	
			남(4,267)	여(4,912)
연령	20-29세	460(5.0)	145(3.4)	315(6.4)
	30-39세	2,779(30.3)	1,195(28.0)	1,584(32.2)
	40-49세	3,651(39.9)	1,787(41.9)	1,871(38.1)
	50-59세	2,282(24.9)	1,140(26.7)	1,141(23.2)
	평균(표준편차)	43.2세(8.3)	44.0세(8.0)	42.5(8.5)
교육수준	중졸	1,496(16.3)	529(12.4)	967(19.7)
	고졸	4,453(46.6)	1,933(45.3)	2,520(51.3)
	대졸	2,927(33.8)	1,589(37.2)	1,338(27.2)
	대학원	303(3.3)	432(5.1)	87(1.8)
경제활동여부	함	6,757(73.6)	408(93.9)	2,749(56.0)
	하지 않음	2,422(26.4)	259(6.1)	2,163(44.0)
직업	관리자·전문가	1,445(15.7)	959(22.5)	486(9.9)
	사무직	1,113(12.1)	694(16.3)	419(8.5)
	서비스·판매직	1,732(18.9)	646(15.1)	1,086(22.1)
	농림·기능원·장치·단순노무직	2,459(26.8)	1,702(39.9)	757(15.4)
	해당사항없음	2,430(26.5)	266(6.2)	2,164(44.1)
노동시간	없음	2,420(26.4)	257(6.0)	2,163(44.0)
	하	2,153(23.5)	978(22.9)	1,175(23.9)
	중	2,570(28.0)	1,644(38.5)	926(18.9)
	상	2,036(22.2)	1,388(32.5)	648(13.2)
개인 월평균소득	없음	2,310(25.2)	80(1.9)	2,230(45.4)
	100만원 미만	1,549(16.9)	345(8.1)	1,204(24.5)
	100~200만원 미만	2,315(25.2)	1,298(30.4)	1,017(20.7)
	200~300만원 미만	1,593(17.4)	1,316(30.8)	277(5.6)
	300만원 이상	1,412(15.4)	1,228(28.8)	184(3.7)
주휴제도	주1일	2,087(22.7)	1,249(29.3)	838(17.1)
	토요 격주, 주 2일	2,737(29.8)	1,656(38.8)	1,081(22.0)
	기타	1,935(21.1)	1,105(25.9)	830(16.9)
	해당사항없음	2,420(26.4)	257(6.0)	2,163(44.0)
배우자유무	있음	8,745(95.3)	4,130(96.8)	4,615(94.0)
	없음(사별, 이혼)	434(4.7)	137(3.2)	297(6.0)
성역할 태도	전통적	3,864(42.1)	2,153(50.5)	1,711(34.80)
	근대적	5,315(57.9)	2,114(49.5)	3,201(65.2)
미취학자녀 유무	있음	2,234(24.3)	1,105(25.9)	1,129(23.0)
	없음	6,945(75.7)	3,162(74.1)	3,783(77.0)
맞벌이여부	맞벌이	4,407(48.0)	2,123(49.8)	2,284(46.5)
	비맞벌이	4,772(52.0)	2,144(50.2)	2,628(53.5)
시간부족감	예, 항상	2,946(32.1)	1,457(34.1)	1,489(30.3)
	예, 가끔	4,253(46.3)	2,000(46.9)	2,253(45.9)
	아니오, 거의	1,606(17.5)	662(15.5)	944(19.2)
	아니오, 전혀	374(4.1)	148(3.5)	226(4.6)
생활시간만족도	만족	2,953(32.2)	1,347(31.6)	1,606(32.7)
	보통	4,607(50.2)	2,152(50.4)	2,455(50.0)
	불만족	1,619(17.6)	768(18.0)	851(17.3)

〈표 2〉 가족공유 식사시간 행동분류

연구 내용	활동분류		
	대분류	중분류	소분류
식사	1. 개인유지	12 식사 및 간식	121 가족과의 식사(가족공유 식사시간) 122 그 외의 식사 1221 혼자 식사 1222 가족 외 사람과의 식사

점에서 토요일을 제외하였다. 최종적으로 본 연구의 분석을 위해 추출된 대상자의 특징은 다음의 <표 1>과 같으며, 분석에 사용된 시간 일지는 14,614개(평일 10,902개, 일요일 3,712 개)이다.

2) 분석방법

20세 이상 60세 미만 기혼자의 가족공유 식사시간을 파악하고, 그 영향요인을 분석하고자 「생활시간조사」의 행동분류체계에서 대분류 1 개인유지, 중분류 12 식사 및 간식에서 간식을 제외한 시간양을 식사시간으로 분류하여 분석 하였고, 121 가족과의 식사를 가족공유 식사시간으로 정의하여 분석하였다(표 2 참고).

가족공유 식사시간의 양과 시간대를 분석하기 위해 통계청(2009) 「생활시간조사」 자료에 근거하여 다음과 같이 아침식사, 점심식사, 저녁식사로 구분하였다.

- 아침식사 시간: 오전 3:40시간대부터 오전 10:40시간대 까지 (오전 03:40~오전 10:50시)
- 점심식사 시간: 오전 10:50시간대 부터 오후 4:30시간대 까지 (오전 10:50~오후 04:40시)
- 저녁식사 시간: 오후 4:40시간대 부터 자정 11:50시간대 까지 (오후 04:40~자정 12:00시)

자료의 분석은 S+프로그램을 이용하여 생활 시간자료와 가구원자료를 통합한 후 PASW 18.0와 Stata 9.0을 이용하여 분석하였다. 가족 공유 식사시간 실태를 파악하기 위해 평균(means),

백분율(percentage) 등 기술통계를 활용하였으며, 가중치를 반영함으로써 분석결과를 우리나라 성인 기혼자의 가족공유 식사시간으로 일반화할 수 있도록 하였다. 본 연구에서는 가족공유 식사시간에 영향을 미치는 요인을 분석하기 위해 토빗모델(tobit models)을 이용하였다. 가족공유 식사시간이 전혀 없어 0의 값을 갖는 표본이 있어 이 경우에 종속변수로 사용된 가족공유 식사시간이 0에서 절삭(censoring)이 되어 통상최소자승추정법(OLS: ordinary least squares estimation method)을 사용하면 편의가 발생할 수 있으므로 이러한 경우 토빗모델의 최우추정법을 이용하면 일치추정량을 구할 수 있다. 토빗모델은 종속변수가 연속적이지만 특정 값에서 절단되거나 삭제되어(중도절단된 표본: censored sample) 일정한 영역에서는 관측될 수 없어 제한된 값을 갖는 경우에 적용되는 제한종속변수 회귀모형(limited dependent variable regression models)이다. 가족공유 식사시간이 전혀 없어 값이 0을 갖는 표본들이 포함되어 분석되므로 주중 10,902개, 일요일 3,712개의 시간일지 가운데 가족공유 식사시간이 없는 왼쪽절단(left-censored)된 형태로 분석된다. 분석모델의 식은 다음과 같다. $Y_i^* > 0$ 은 가족공유 식사시간이 0 보다 큰 값을 갖는 관찰 가능한 경우이고,

$$Y_i = \beta_0 + \beta_i X_i + \mu \quad \text{if } Y_i^* > 0 \\ = 0 \quad \quad \quad \text{if } Y_i^* \leq 0$$

〈표 3〉 분석변수의 조작적 정의

구분		변수	변수값 설명
독립 변수	개인 관련 변수	사회인구학적 변수	성별 여성: 1(남성: 0)
			연령 30-39세: 1(그 외: 0)
			40-49세: 1(그 외: 0)
			50-59세: 1(그 외: 0)
		교육수준 종졸: 1(그 외: 0)	전문대 및 대졸: 1(그 외: 0)
		대학원이상: 1(그 외: 0)	
		사회경제적 변수 노동시간	없음: 1(그 외: 0)
			하: 1(그 외: 0)
			상: 1(그 외: 0)
	사회심리적 변수	개인월평균소득 성역할태도	없음: 1(그 외: 0)
			100만원미만: 1(그 외: 0)
			200-300만원 미만: 1(그 외: 0)
			300만원 이상: 1(그 외: 0)
가족 관련 변수	사회인구학적 변수	배우자유무 미취학자녀유무	연속변수. 4점 리커트 척도로 측정한 값으로 점수가 낮을수록 전통적인 성역할 태도를 갖는 것을 의미
			있음: 1(없음: 0)
	사회경제적 변수	맞벌이 여부 맞벌이: 1(비맞벌이: 0)	있음: 1(없음: 0)
종속 변수	가족공유 식사시간 (토빗모델)		2009년 평일, 일요일 가족공유 식사시간의 양

$Y_i^* \leq 0$ 은 가족공유 식사시간이 전혀 없어 0인 절단된 것이다.

변화를 살펴보고, 다음으로 2009년 자료를 토대로 가족공유 식사시간의 실태를 분석하고자 한다.

3) 변수의 정의와 측정

본 연구에서 사용된 독립변수와 종속변수들의 값에 대한 설명은 <표 3>과 같다.

IV. 결과분석

1. 식사시간의 변화와 실태

가족공유 식사시간의 변화와 실태를 파악하기 위해 통계청에서 실시한 3차례의 생활시간 자료를 활용하여 20세 이상 성인의 식사시간

1) 식사의 평균시간

20세 이상 기혼 성인의 식사시간 변화를 파악하기 위해 통계청에서 조사한 1999년, 2004년, 2009년 「생활시간조사」 자료를 분석하였다. 그 결과 <표 4>에서와 같이 1999년에 1시간 36분, 2004년에 1시간 40분, 2009년 1시간 48분으로 점차 증가한 것으로 나타났다. 그런데, 대분류 식사시간의 증가에서 주목할 점은 간식과 음료시간이 증가하고 있다는 것이다. 1999년 18분, 2004년 22분, 2009년 28분으로

〈표 4〉 성인(20세 이상, 기혼)의 식사시간(식사 및 간식) 변화

(단위: 시간:분)

구분	1999			2004			2009		
	전체	남	여	전체	남	여	전체	남	여
식사 및 간식	1:36	1:38	1:33	1:40	1:44	1:37	1:48	1:52	1:44
가족과의 식사	0:47	0:43	0:50	0:43	0:40	0:46	0:43	0:40	0:46
그 외의 식사	0:31	0:36	0:26	-	-	-	0:37	0:42	0:32
혼자 식사	-	-	-	0:15	0:15	0:16	0:17	0:16	0:17
가족 외 사람과의 식사	-	-	-	0:19	0:25	0:14	0:20	0:26	0:15
간식과 음료	0:18	0:19	0:17	0:22	0:25	0:20	0:28	0:29	0:26

증가하여 식사시간 증가의 대부분이 간식 및 음료시간의 증가에서 비롯되었음을 알 수 있다. 2004년 생활시간조사의 국제비교연구(김외숙 외, 2005)에 의하면, 우리나라의 식사시간은 미국인의 평균 식사시간(1시간 15분)보다는 길고, 독일인의 식사시간(1시간 45분)보다 짧은 것으로 나타났다. 전체적으로 남성의 식사시간은 여성의 식사시간보다 긴 경향을 보였다.

함께 한 사람별 평균 식사시간의 변화를 보면, 가족과의 식사는 1999년 47분에서 2004년 43분, 2009년 43분으로 다소 감소한 것으로 나타났다. 반면 혼자 식사와 가족 외 사람과의 식사시간은 점차 증가하여 혼자 식사는 2004년 15분, 2009년 17분으로, 가족 외 사람과의 식사시간은 2004년 19분, 2009년 20분으로 나타났다.

성별로 보면 가족과의 식사의 경우 남성은 1999년 43분, 2004년 40분, 2009년 40분으로 다소 감소하였고, 여성 역시 1999년 50분, 2004년 46분, 2009년 46분으로 감소하는 경향을 보였다. 전반적으로 가족과의 식사는 여성의 경우가 남성보다 긴 것으로 나타났다. 그러나 혼자 식사시간과 가족 외 사람과의 식사시간은 남성과 여성 모두 2004년에 비해 2009년 다소 증가하여 가족과의 식사시간이 감소한 것과 다

른 경향을 보였다. 2004년, 2009년 모두 혼자 식사시간은 여성의 시간이 길었고, 가족 외 사람과의 식사시간은 남성의 시간이 길었다.

식사시간의 행위자 비율과 행위자 평균시간을 통해 함께 한 사람별 식사시간의 변화를 살펴보면 다음의 <표 5>와 같다. 가족식사의 행위자 비율은 1999년에 84.6%, 2004년에는 80.8%, 2009년에 79.0%로 점차 감소하는 추세를 보이지만, 행위자의 평균시간은 55분(1999년), 53분(2004년), 55분(2009년)으로 나타나 연도별 차이가 거의 없다. 가족 외 사람과 식사를 한 사람의 비율은 2004년에 45.2%, 2009년에는 47.1%로 나타나 증가하는 경향을 보였다. 또한 혼자 식사를 하는 경우 역시 2004년 44.5%에서 2009년 47.1%로 소폭 증가하였다.

성별로 보면, 가족식사의 참여율은 1999년부터 2009년까지 여성이 남성 보다 참여율이 높았고, 평균시간 역시 남성보다 여성의 시간이 길었다. 그러나 가족과의 식사 참여율은 성별에 관계없이 1999년 이후 지속적으로 낮아지고 있다. 혼자 식사의 경우 행위자 평균시간은 2004년과 2009년을 비교해 볼 때, 연도별 및 남녀 간 차이가 없었다. 그러나 연도별 참여율은 다소 차이를 보였는데 2009년 남성과 여성의 혼자 식사 참여율은 각각 47.0%, 47.1%로 나타나 2004년 남성 참여율 43.2%, 여성

〈표 5〉 성인(20세 이상, 기혼)의 식사시간 행위자 비율 및 평균시간의 변화

(단위: %, 시간:분)

구분	1999						2004						2009					
	행위자 비율			행위자 평균			행위자 비율			행위자 평균			행위자 비율			행위자 평균		
	전체	남	여															
식사 및 간식	100	100	100	1:36	1:38	1:34	100	100	100	1:40	1:44	1:37	100	100	100	1:48	1:52	1:44
가족과의 식사	84.6	83.6	85.5	0:55	0:52	0:58	80.8	79.2	82.3	0:53	0:50	0:56	79.0	76.5	81.2	0:55	0:52	0:57
그 외의 식사	68.6	74.8	63.0	0:45	0:48	0:42	-	-	-	-	-	-	74.3	78.4	70.8	0:50	0:54	0:45
혼자 식사	-	-	-	-	-	-	44.5	43.2	45.7	0:35	0:35	0:35	47.1	47.0	47.1	0:35	0:35	0:35
가족 외 사람 과의 식사	-	-	-	-	-	-	45.2	55.8	36.0	0:42	0:44	0:39	47.1	56.5	38.9	0:43	0:46	0:40
간식과 음료	58.6	62.2	55.4	0:31	0:31	0:31	69.9	74.2	66.2	0:32	0:33	0:31	78.0	81.3	75.1	0:35	0:36	0:34

참여율 45.7%에 비해 높았다. 가족 외 사람과의 식사는 2004년 55.8%(남성), 36.0%(여성)에서 2009년 56.5%(남성), 38.9%(여성)로 나타나 연도에 관계없이 남성의 참여율이 여성보다 높게 나타났고, 2004년에 비해 2009년 가족 외 사람과의 식사 행위자는 소폭 증가하였다.

다음으로 본 연구의 대상인 20세-59세 도시 기혼 성인의 1일 평균 식사시간 분석결과는 <표 6>과 같다. 성인의 식사시간은 평일 1시간 17분, 일요일 1시간 25분으로 평일에 비해 일요일이 8분 정도 길다. 평일의 경우 전체식

사시간 중 저녁식사시간이 30분으로 가장 길고 점심은 29분, 아침은 18분으로, 아침식사시간이 가장 짧으며 점심과 저녁식사시간은 큰 차이가 없었다. 일요일의 경우도 마찬가지로 아침, 점심, 저녁식사 순으로 식사시간이 길어지는 것으로 나타났으며, 평일보다 저녁식사가 조금 증가하여 저녁식사가 식사의 중심이 되는 것으로 보인다.

성별로 보면, 평일 남성은 1시간 20분, 여성은 1시간 14분의 식사시간을 가지고, 일요일은 남녀의 식사시간이 같다. 전체적으로 남성이

〈표 6〉 성인의 식사 평균 시간량

(단위: 시간:분)

요일	평일			일요일		
	전체	남	여	전체	남	여
식사 ²⁾	1:17	1:20	1:14	1:25	1:25	1:25
아침식사	0:18	0:17	0:19	0:21	0:21	0:22
점심식사	0:29	0:32	0:27	0:31	0:30	0:31
저녁식사	0:30	0:31	0:28	0:33	0:33	0:32
기타시간대식사 ³⁾	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00

2) 아침식사시간(오전 3:40시간대부터 오전 10:40시간대까지), 점심식사시간(오전 10:50시간대부터 오후 4:30시간대까지), 저녁식사시간(오후 4:40시간대부터 자정 11:50시간대까지)

3) 기타시간대 식사(아침식사시간, 점심식사시간, 저녁식사시간 외 시간인 자정 0:00시간대부터 오전 3:30분시간대 까지)

여성에 비해 약간 더 많은 식사시간을 가지는 것으로 나타났다. 아침, 점심, 저녁 식사에 있어서 남녀 차이는 크게 없었다.

2) 가족공유 식사시간

① 함께한 사람에 따른 요일별 식사시간

식사를 누구와 함께 하는가에 대한 결과를 살펴보면 다음의 <표 7>, <표 8>과 같다. 먼저 평일의 경우를 보면, 전체 식사시간 1시간 17분 가운데, 혼자 먹는 시간이 16분으로 20.5%, 가족과 함께 하는 시간이 35분으로 44.9%, 가족 외 사람과 함께 하는 시간이 27분으로 34.6%를 차지하고 있었다. 일요일은 전체 식사시간이 증가할 뿐만 아니라 함께하는 사람의 비율에서도 차이를 보였다. 즉 일요일 성인의 전체 식사시간 1시간 25분 가운데, 혼자 먹는 시간은 9분으로 10.6%, 가족과 함께 하는 시간은 1시간 2분으로 전체의 72.9%, 가족 외 사람과 하는 시간은 14분으로 16.5%로 나타났다. 평일에 비해 일요일은 가족과 함께 하는 식사시간이 27분 가량 증가하였다.

성별에 따라 함께 한 사람의 차이가 있는가를 분석해보면, 남성은 전체식사시간 1시간 20분 가운데, 가족 외 식사시간이 35분(43.2%)으로 가장 많았고, 가족식사시간은 29분(35.8%), 혼자 한 식사는 17분(21.0%)이었다. 반면에 여성은 전체 식사시간 1시간 14분 가운데 가족 식사시간이 40분(54.1%)으로 가장 많았고, 가족 외 식사시간은 19분(25.7%), 혼자 한 식사는 15분(20.3%)으로 나타났다. 즉 평일의 경우 성별에 따라 누구와 함께 식사를 하는가는 차이가 있는데, 남성은 가족 외 사람과의 식사에, 여성은 가족과의 식사에 가장 많은 시간을 배분하고 있다.

일요일의 경우를 살펴보면, 남성은 전체 식사시간의 68.2%인 58분을 가족과 함께 식사했

고 18.8%인 16분을 가족 외 사람과, 그리고 12.9%인 11분의 시간을 혼자 식사하는 것으로 나타났다. 여성은 76.5%인 1시간 5분을 가족과 함께, 14.1%인 12분을 가족 외 사람과 함께, 9.4%인 8분을 혼자서 식사한 것으로 나타나서, 남녀 모두 일요일은 평일에 비해 가족과의 식사시간이 가장 많음을 알 수 있다.

하루의 식사시간을 비교해 보면, 아침, 점심, 저녁식사에 따라 함께 한 사람에 차이가 있었다. 먼저 평일 아침식사의 경우 가족과 함께 한 시간이 12분으로 전체 아침식사시간의 66.7%를 차지하였으며, 혼자 식사시간은 5분(27.8%), 가족 외 사람과 함께 한 시간은 1분(5.6%)에 불과하였다. 일요일 아침식사의 경우 가족식사 시간이 17분으로 평일보다 더 많았고 전체 아침식사시간 중 81.0%로 비율 역시 증가하였다. 혼자 한 식사는 전체 시간의 14.3%인 3분, 가족 이외 사람과 한 시간은 4.7%인 1분으로 가장 짧았다. 이를 성별에 따라 비교해 보면, 평일 남성의 경우 가족식사시간이 10분, 여성은 14분이며, 각각의 비율은 62.5%, 73.7%로 나타났다. 아침을 혼자 먹는 경우 남성이 5분, 여성이 4분 정도이며, 가족 이외의 사람과 함께 한 식사시간은 남성과 여성 모두 1분으로 가장 적었다. 일요일의 경우를 보면 아침을 가족과 함께 한 시간이 남성은 16분(76.2%), 여성은 18분(81.8%)으로 가장 많았고, 평일보다 남녀 모두 시간이 길어졌다. 일요일 아침을 혼자 먹는 경우는 남성이 4분, 여성이 3분으로 평일보다 적었고, 가족 이외의 경우는 남녀 모두 평일과 마찬가지로 1분으로 나타났다. 따라서 아침식사 시간은 요일과 관계없이, 그리고 남녀 모두 가족과 함께하는 경우가 다른 경우보다 가장 많았다. 그렇지만 비율의 상대적 차이가 있는데, 평일과 일요일 모두 여성은 가족과 함께하는 비율이 남성보다 높고, 남성은 혼자 식사하거나 가족 외 사람과 함께 하는 시간의

비율이 여성보다 높았다.

점심식사는 평일의 경우 전체 식사시간의 62.1%인 18분을 가족 외 사람과 식사하고, 혼자 식사한 시간은 6분(20.7%), 가족과 함께 한 식사시간은 5분(17.2%)에 불과했다. 반면, 일요일의 경우는 가족과 함께 식사가 19분(61.3%)으로 가장 많았고, 다음으로 가족 이외 사람과 함께한 식사시간이 9분(29.0%), 혼자 식사는 3분(9.7%)이었다. 점심식사는 요일에 따른 차이가 컸는데, 특히 일요일의 가족식사시간은 평일에 비해 14분이나 많았다. 성별에 따라 보면, 평일 남성의 점심식사 시간은 68.8%인 22

분을 가족 외 사람과 함께 하여 혼자하거나(6분) 가족과 함께 하는 시간(4분)보다 훨씬 길었다. 그러나 여성은 가족 외 사람과 함께 한 시간이 51.9%인 14분으로 다른 경우보다 가장 많았지만, 가족과 함께 하는 시간이 6분, 혼자 먹는 시간이 7분으로 남성보다 길었다. 일요일의 경우 남녀 모두 가족식사가 가장 많았는데, 남성은 17분(56.7%), 여성은 20분(66.7%)으로 여성의 가족식사시간이 더 많았다. 다음으로 가족 이외 사람과 함께 한 점심식사는 남성의 경우 10분(33.3%), 여성은 8분(26.7%)이었으며, 혼자 먹는 경우는 남성이 3분(10%), 여성이 2분

〈표 7〉 성인의 함께 한 사람에 따른 식사의 평균시간 및 비율(평일)

(단위: 시간:분, %)

	평일																	
	평균시간												비율					
	가족			혼자			가족 외 사람			가족			혼자			가족 외 사람		
	전체	남	여	전체	남	여	전체	남	여	전체	남	여	전체	남	여	전체	남	여
식사	0:35	0:29	0:40	0:16	0:17	0:15	0:27	0:35	0:19	44.9	35.8	54.1	20.5	21.0	20.3	34.6	43.2	25.7
아침식사	0:12	0:10	0:14	0:05	0:05	0:04	0:01	0:01	0:01	66.7	62.5	73.7	27.8	31.3	21.1	5.6	6.3	5.3
점심식사	0:05	0:04	0:06	0:06	0:06	0:07	0:18	0:22	0:14	17.2	12.5	22.2	20.7	18.8	25.9	62.1	68.8	51.9
저녁식사	0:18	0:15	0:20	0:05	0:05	0:04	0:08	0:11	0:04	58.1	48.4	71.4	16.1	16.1	14.3	25.8	35.5	14.3
기타시간대 식사	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0	0	0	0	0	0	0	0	0

〈표 8〉 성인의 함께 한 사람에 따른 식사의 평균시간 및 비율(일요일)

(단위: 시간:분, %)

	일요일																	
	평균시간												비율					
	가족			혼자			가족 외 사람			가족			혼자			가족 외 사람		
	전체	남	여	전체	남	여	전체	남	여	전체	남	여	전체	남	여	전체	남	여
식사	1:02	0:58	1:05	0:09	0:11	0:08	0:14	0:16	0:12	72.9	68.2	76.5	10.6	12.9	9.4	16.5	18.8	14.1
아침식사	0:17	0:16	0:18	0:03	0:04	0:03	0:01	0:01	0:01	81.0	76.2	81.8	14.3	19.0	13.6	4.7	4.8	4.5
점심식사	0:19	0:17	0:20	0:03	0:03	0:02	0:09	0:10	0:08	61.3	56.7	66.7	9.7	10.0	6.7	29.0	33.3	26.7
저녁식사	0:26	0:25	0:27	0:03	0:03	0:02	0:04	0:05	0:03	78.8	75.8	84.4	9.1	9.1	6.3	12.1	15.2	9.4
기타시간대 식사	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0	0	0	0	0	0	0	0	0

(6.7%)으로 나타났다. 따라서 점심식사 시간의 경향을 보면, 평일에는 남녀 모두 가족 이외 사람과 함께한 시간이 가장 많았고, 일요일에는 가족식사시간이 가장 많아서 요일에 따른 차이가 뚜렷하게 나타난다. 그렇지만 비율을 보면 상대적으로 남성은 가족 외 사람과 함께 하는 시간이 여성보다 길고, 여성은 가족과 함께 하는 시간이 남성보다 길었다.

저녁식사시간을 보면 평일 30분, 일요일 33분으로 세끼 식사 중 가장 많은 시간을 소비하고 있다. 함께 한 사람의 경향을 보면, 평일의 경우 가족식사가 18분(58.1%)으로 가장 많았고, 다음으로 가족 외 사람의 경우가 8분(25.8%), 혼자 먹는 경우는 5분(16.1%)으로 나타났다. 일요일은 가족과 함께 하는 비율이 늘어나서 전체의 78.8%인 26분을 가족과 함께 하였으며, 12.1%인 4분을 가족 외 사람과 함께, 9.1%인 3분을 혼자서 한 것으로 나타났다. 즉 평일에 비해 일요일의 저녁 가족식사시간이 8분정도 증가하였다. 저녁식사에서 남녀의 차이를 보면, 평일의 경우 남녀 모두 가족식사시간이 상대적으로 가장 많은데, 남성은 15분(48.4%), 여성은 20분(71.4%)으로 나타나 시간과 비율에 있어서는 상당한 차이를 보인다. 다음으로 남성은 가족 이외 사람과의 식사시간이 11분(35.5%), 혼자 먹는 식사시간이 5분(16.1%)인 반면, 여성은 가족 이외의 경우와 혼자 먹는 경우 모두 4분(14.3%)으로 나타났다. 일요일을 보면, 가족식사시간이 남녀 모두 가장 많았고 남녀간의 차이가 평일보다 훨씬 줄어들어서 남성은 25분(75.8), 여성은 27분(84.4%)으로 나타났다. 가족 이외의 경우는 남성이 5분(15.2%), 여성은 3분(9.4%)이며, 혼자 먹는 경우는 남성이 3분(9.1%), 여성이 2분(6.3%)으로 나타났다. 따라서 남녀 모두 평일과 일요일에 가족식사시간의 비중이 상대적으로 가장 높았지만, 평일에 남성은 여성 보다 가족 이외 사람과 식사하는

시간이 훨씬 더 많아서 성별에 따른 생활패턴의 차이를 보여준다.

② 가족공유식사시간의 행위자 비율과 행위자 평균시간

식사는 생활필수적인 성격을 갖는 것으로 대부분의 사람들이 참여하는 활동이나, 최근 들어 아침 결식이 문제가 될 정도로 아침식사를 거르는 사람들이 늘고 있는 것으로 보고되고 있다. 2004년 통계청 조사에 따르면, 아침에 식사를 하지 않은 사람의 비율이 남성 15.2%, 여성 15.4%로 여성이 남성보다 높으며, 미혼 남녀가 기혼 남녀에 비해서 아침 식사를 하지 않는 경향이 있고, 특히 미혼 여성 중 20대는 3명 중 1명(36.8%)이 아침식사를 하지 않은 것으로 나타나서 5년 전보다 아침식사를 하지 않은 비율이 남성은 4.0%p, 여성은 2.2%p 증가한 수준이며, 20대 미혼 남성은 6.9%p나 증가한 것으로 보고하고 있다(통계청 보도자료, 2004).

2009년 식사시간의 행위자 비율과 행위자 평균시간을 살펴보면 다음의 <표 9>, <표 10>과 같다. 평일의 경우 가족과 함께 식사를 한 행위자의 비율은 78%, 이들의 평균시간은 44분으로 가장 많았다. 다음으로 가족 이외 사람과 식사를 한 사람의 비율은 62%, 평균시간은 43분이었으며, 혼자 식사한 경우의 비율은 51.1%, 평균시간은 31분으로 나타났다. 일요일의 경우 가족식사의 행위자 비율이 평일보다 증가하여 88.8%였으며, 이들은 평균적으로 1시간 10분의 식사시간을 가족과 함께 하였다. 이에 비해 가족 외 사람과 함께 한 행위자 비율은 31.7%, 평균시간은 43분이었으며, 29.4%의 사람들이 32분의 시간을 혼자서 식사한 것으로 나타났다. 따라서 가족식사시간이 혼자 식사하는 시간 보다 평일은 13분, 일요일은 38분이나 긴 것으로 나타나서 가족과 함께 식사하는 사람의 비율이나 가족식사시간 모두 훨씬 더 많음을

알 수 있다. 식사시간의 길이는 건강이나 영양 섭취와도 관계가 있을 뿐만 아니라 가족식사는 자녀의 언어습득 능력을 길러주는 등 다양한 생활교육이 이루어진다는 선행연구들의 결과(와인스타인, 2006; 성순정 외, 2010)를 볼 때 가족과 공유하는 식사의 중요성을 짐작할 수 있다.

식사시간의 행위자 비율 및 행위자 평균시간을 성별로 나누어 살펴보면 다음과 같다. 먼저 평일의 경우 남성은 가족 이외 사람과의 식사 참여율이 75.4%, 평균시간은 46분으로 가장 많았다. 다음으로 가족식사의 참여율이 71.7%, 평균시간은 40분이었으며, 52.6%의 사람들이 32분을 혼자서 식사한 것으로 나타났다. 평일 여성은 83.8%의 사람들이 48분을 가족과 함께 식사한 것으로 응답하였고, 49.4%의 사람들이 평균 39분을 가족 외 사람과 식사하였으며, 49.7%의 사람들이 30분간 혼자서 식사한 것으로 나타났다. 따라서 평일에 남성은 가족 이외 사람과 식사하는 경우가 가장 많은 반면, 여성은 가족과 식사하는 경우가 가장 많아 남녀간의 차이를 보여준다.

식사시간을 아침, 점심, 저녁으로 구분하여 분석해보면, 먼저 평일 아침식사의 경우 가족식사의 참여율은 53.4%, 평균 식사시간은 23분이었으며, 혼자 먹는 행위자 비율은 24.2%(평균 19분)였다. 가족 이외의 경우는 3.6%로 참여율은 매우 낮으나 평균 식사시간은 24분으로 나타났다. 이를 남녀로 비교해 보면, 가족식사의 경우 남성의 참여율은 46.3%(22분), 여성의 참여율은 60%(23분)로 나타나 여성의 참여율이 높았다. 다음으로 남성의 28.2%(19분), 여성의 20.4%(20분)가 평일 아침을 혼자 먹는 것으로 나타났다. 또한 가족 이외 사람과 함께 한 경우를 보면 남성의 참여율(5.5%)이 여성의 참여율(0.8%)보다 많았다. 일요일 아침의 경우 가족식사의 참여율이 62.8%, 평균 식사시간은

27분으로 평일보다 참여율과 시간 모두 증가하였다. 이에 반해 일요일 아침을 혼자 먹는 비율(15.8%), 가족 이외 사람과 함께한 비율(3.1%) 모두 평일 보다 감소하였으나, 평균시간은 21분, 25분으로 큰 차이가 없었다. 이를 남녀별로 비교해 보면, 남성은 58.3%, 여성은 67.2%의 사람들이 가족과 함께 아침식사를 하고 있으며, 평균 식사시간은 남녀 모두 27분으로 동일하다.

평일 점심의 경우 누구와 함께 하는가에 관계없이 모두 아침보다 점심시간이 긴 것으로 나타났다. 또한 함께한 사람의 유형을 보면 가족 이외 사람과 함께한 식사 참여율이 54.1%로 가장 높으며, 평균시간 역시 32분으로 가장 길다. 다음으로 혼자 먹는 경우가 20.5%, 평균시간은 24분이며, 가족식사의 참여율은 가장 적은 15.9%, 평균시간은 30분으로 나타나 아침식사와는 다른 패턴을 보인다. 이를 남녀별로 비교해 보면, 남성과 여성 모두 가족 이외 사람과의 식사 참여율이 가장 높으나, 남성은 66.3%(32분), 여성은 42.6%(31분)로 남성의 참여율이 훨씬 높았다. 그러나 혼자 먹는 경우와 가족식사의 경우 모두 여성의 참여율(24.9%, 19.5%)이 남성의 참여율(15.9%, 12.1%) 보다 많았다. 일요일의 경우에는 가족식사의 참여율이 56.5%로 가장 높았고, 다음으로 가족 외 사람의 경우가 24.8%, 혼자 먹는 경우가 10.9%로 나타났다. 또한 평균 식사시간은 가족식사의 경우 33분, 가족 외 식사의 경우 32분으로 큰 차이가 없으나 혼자 먹는 식사의 평균시간은 24분으로 가장 적었다. 일요일 점심식사의 패턴을 남녀로 비교해 보면, 가족식사의 참여율은 여성(59.5%)이 남성(53.3%) 보다 많은 반면, 가족 이외 사람과 함께 하거나 혼자 먹는 경우 모두 남성의 참여율이 여성보다 높았다.

저녁식사의 행위자 비율과 행위자 평균시간을 살펴보면, 평일의 경우 가족식사의 참여율

이 57.7%로 가장 많으며, 다음으로 가족 외의 경우(18.9%)와 혼자 먹는 경우(18.5%)가 비슷한 참여율을 보였다. 이를 남녀로 비교해 보면, 여성이 가족과 함께 저녁을 먹는 경우(66%)가 남성의 경우(48.8%) 보다 많았지만, 가족 외 사람과 함께한 경우에는 남성의 참여율(27.5%)이 여성의 참여율(10.8%) 보다 훨씬 많았고 혼자 먹는 경우도 동일한 패턴을 보였다. 다음으로 일요일 저녁식사를 보면, 가족식사의 참여율이 77%로 아침이나 점심 보다 훨씬 더 많았으며, 가족 이외 그리고 혼자 먹는 비율은 매우 적었다. 그런데 가족 이외 사람과 저녁을

먹는 사람들의 평균 식사시간은 38분으로 가족식사(34분)나 혼자먹는 경우(25분) 보다 가장 길었다. 남녀별로 비교해 보면, 일요일 저녁식사의 경우 일요일 아침이나 점심과 마찬가지로 가족식사는 여성, 다른 두 가지의 경우는 남성의 참여율이 높은 패턴을 보였다.

이상의 결과를 종합해 보면, 가족공유 식사시간은 혼자 먹는 식사시간보다 평일은 13분, 일요일은 38분이나 긴 것으로 나타나서 가족이 함께 식사를 하는 경우 그 시간이 훨씬 더 많음을 알 수 있다. 평일 식사는 남성에 비해 여성들이 가족과 함께 식사를 한 사람들이 많

〈표 9〉 가족공유 식사의 행위자 비율 및 행위자 평균시간(평일)

(단위: %, 시간:분)

	평일														
	가족						혼자						가족 외 사람		
	행위자 비율			행위자 평균			행위자 비율			행위자 평균			행위자 비율		
	전체	남	여	전체	남	여									
식사	78.0	71.7	83.8	0:44	0:40	0:48	51.1	52.6	49.7	0:31	0:32	0:30	62.0	75.4	49.4
아침식사	53.4	46.3	60.0	0:23	0:22	0:23	24.2	28.2	20.4	0:19	0:19	0:20	3.6	5.5	0.8
점심식사	15.9	12.1	19.5	0:30	0:29	0:30	20.5	15.9	24.9	0:24	0:27	0:23	54.1	66.3	42.6
저녁식사	57.7	48.8	66.0	0:31	0:30	0:31	18.5	19.8	17.2	0:25	0:27	0:23	18.9	27.5	10.8
기타시간 대 식사	0.01	0.1	0.1	0:26	0:25	0:27	0	0	0	0:26	0:22	0:28	0.3	0.5	0

〈표 10〉 가족공유 식사의 행위자 비율 및 행위자 평균시간(일요일)

(단위: %, 시간:분)

	일요일														
	가족						혼자						가족 외 사람		
	행위자 비율			행위자 평균			행위자 비율			행위자 평균			행위자 비율		
	전체	남	여	전체	남	여									
식사	88.8	86.8	90.7	1:10	1:07	1:12	29.4	33.1	25.9	0:32	0:33	0:31	31.7	35.8	27.8
아침식사	62.8	58.3	67.2	0:27	0:27	0:27	15.8	17.4	14.3	0:21	0:21	0:21	3.1	3.9	2.3
점심식사	56.5	53.3	59.5	0:33	0:33	0:33	10.9	12.3	9.5	0:24	0:24	0:23	24.8	28	21.7
저녁식사	77.0	73.8	80.0	0:34	0:34	0:34	9.7	11.1	8.4	0:25	0:25	0:25	9.9	11.8	8.1
기타시간 대 식사	0.03	0.3	0.2	0:54	0:52	0:56	0.1	0.2	0	0:18	0:18	0	0.2	0.3	0.1

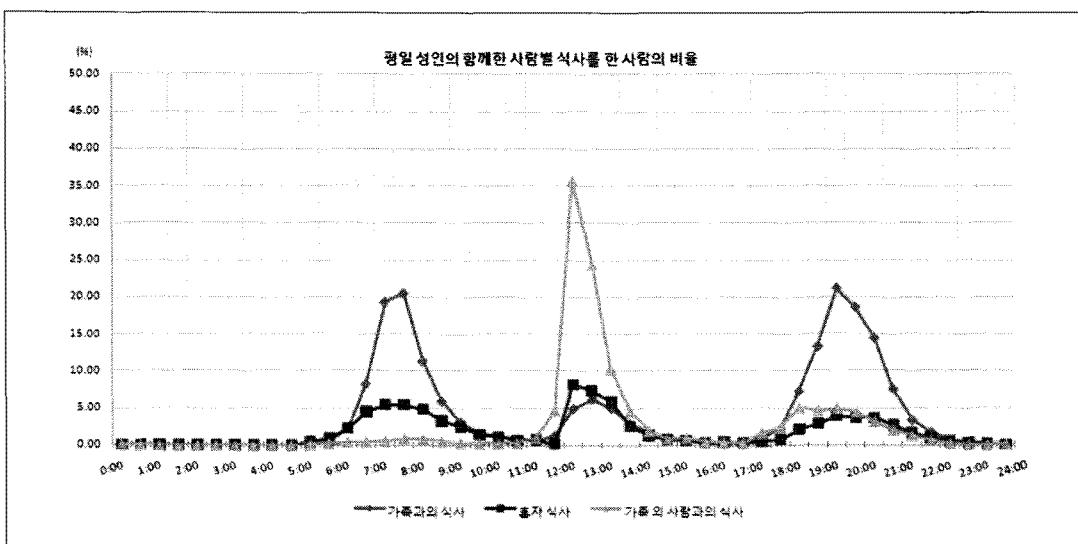
았으며, 식사시간도 긴 것으로 나타났다. 반면 가족 외 사람과 식사를 한 사람의 비율은 남성이 여성보다 많고, 이들의 평균 식사시간도 길었다. 가족공유 식사는 평일과 일요일 모두 저녁식사의 참여율이 높고, 식사시간도 긴 것으로 나타났다. 성별에 따른 차이는 전반적으로 여성의 가족공유 식사 참여율이 남성에 비해 높았다. 한편 평일의 경우 가족공유 식사시간을 갖는다고 응답한 남성의 비율이 아침, 점심, 저녁 모두 50% 이하로 나타나고 있는데, 가족 식사의 중요성을 고려한다면 남성들이 좀 더 많이 가족과 함께 식사할 수 있는 사회적 여건 마련에 관심을 기울여야 할 것으로 생각된다.

3) 가족공유 식사의 시간대별 분석

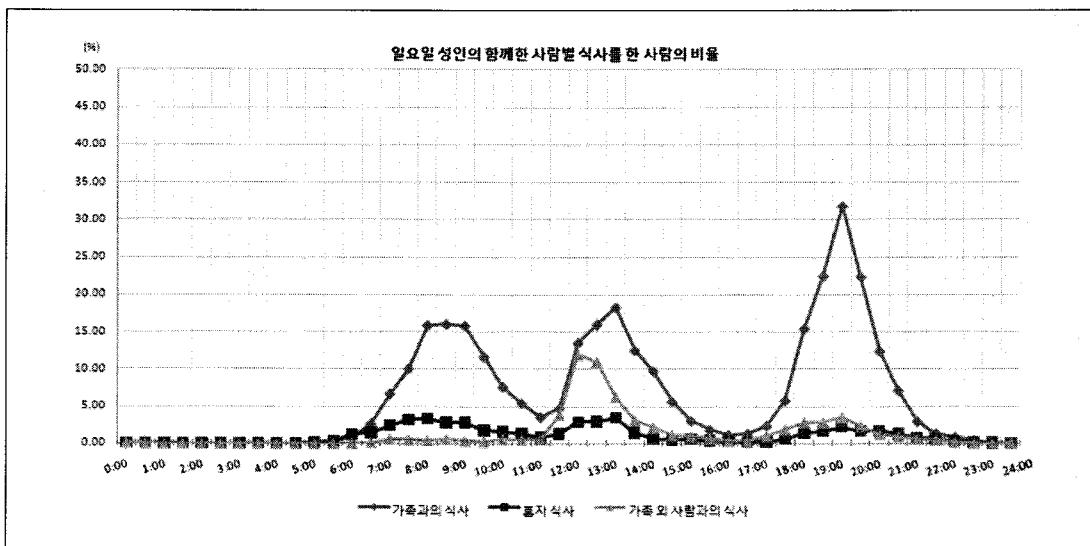
평일 함께 한 사람에 따른 식사시간의 시간 대별 분포를 <그림 1>에서 보면, 가족이 함께 하는 식사는 아침과 저녁시간대에 이루어짐을 알 수 있다. 아침은 오전 7시 30분에서 8시 사이에 20.5%의 사람들이 가족과 함께 식사를 하며, 저녁은 오후 7시에서 7시 30분 사이에

21.2%의 사람들이 가족과 함께 식사를 하는 것으로 나타났다. 가족과 함께 하는 식사가 아침과 저녁식사를 중심으로 이루어진다면, 가족 외 사람과 함께 하는 식사는 점심시간을 중심으로 12시에서 12시 30분 사이에 35.7%의 사람들이 참여하고 있으며, 저녁시간대에도 5% 내외로 가족 외 사람과 식사를 하고 있었다. 이는 학교나 직장 등의 생활이 영향을 준 것으로 볼 수 있다. 한편 혼자 하는 식사는 아침, 점심, 저녁 모두 일정한 비율로 나타나고 있다.

일요일의 함께 한 사람별 식사시간의 시간 대별 분포가 <그림 2>에 나타나 있다. 일요일의 시간대별 가족공유식사시간 비율은 평일과 다른 분포를 보인다. 전반적으로 가족과 함께 하는 가족공유 식사시간의 비율이 평일보다 크게 증가하면서 아침과 점심, 저녁 모두 높은 비율을 보인다. 가족과 함께 하는 식사시간의 비율이 가장 높은 시간대는 일요일 저녁식사 시간으로 오후 7시에서 7시 30분 사이에 31.8%의 사람들이 가족공유 식사시간을 가진다. 일요일의 아침식사는 평일보다 늦어지고, 아침과



<그림 1> 평일 함께 한 사람별 식사시간대별 분포



〈그림 2〉 일요일 함께 한 사람별 식사시간의 시간대별 분포

점심식사 사이에 뚜렷한 구분이 없어서, 아침과 점심식사가 이어지고 있음을 볼 수 있다. 가족 외 사람과의 식사는 주로 일요일 점심시간에 이루어지거나 그 비율이 현저히 낮아짐을 알 수 있다.

2. 가족공유 식사시간에 영향을 미치는 요인

1) 요일에 따른 가족공유 식사시간 영향요인
가족공유 식사시간에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해 성별, 연령, 교육수준, 노동시간, 개인월평균소득, 배우자 유무, 미취학자녀 유무, 맞벌이 여부, 성역할태도를 독립변인으로 선정하여 분석하였다. 그 결과 <표 11>에서와 같이 평일의 경우 성역할태도를 제외한 모든 변인이, 일요일의 경우에는 맞벌이여부와 성역할태도를 제외한 모든 변인이 유의미한 것으로 나타났다.

이러한 영향요인이 가족공유 식사시간에 어떻게 영향을 미치는지를 파악하기 위해 먼저 개인의 인구사회학적 특성인 성별, 연령, 교육

수준, 개인의 월평균 소득의 순으로 영향력을 살펴보자 한다. 성별의 경우 남성에 비해 여성이 평일($p<.05$), 일요일($p<.01$) 모두 가족공유 식사시간이 더 많은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 통계청(2008) 「경제활동인구연보」에서 보고하는 바와 같이 기혼 여성들의 경제활동 참여율(49.8%)이 기혼 남성들의 참여율(83.8%)에 비해 현저히 낮기 때문에 집안에서 활동하는 시간이 길어지게 되면서 가족과 함께 식사를 할 가능성도 커지게 된 것으로 보인다. 다음으로 연령을 보면 평일의 경우 30대, 40대, 50대 모두 20대 성인보다 가족공유 식사시간이 더 많은 것으로 나타났다. 그러나 일요일의 경우에는 20대에 비해 30대 성인만 가족공유 식사시간이 더 많은 것으로 나타나 평일과 다른 양상을 보인다. 교육수준의 경우 평일에는 고졸 성인집단에 비해 중졸 성인집단만이 가족공유 식사시간이 많았지만, 일요일의 경우에는 고졸 성인집단에 비해 전문대 및 대졸, 대학원 이상의 학력이 높은 성인집단에서 가족공유 식사시간이 더 많은 것으로 나타났다. 개인의 월

평균 소득이 가족공유 식사시간에 미치는 영향을 보면, 평일의 경우 100~200만원의 소득집단을 기준으로 볼 때, 소득이 없거나 100만원 미만의 집단은 가족이 함께하는 식사시간이 길지만, 200~300만원 미만, 300만원 이상의 소득

집단은 기준집단에 비해 가족공유 식사시간이 더 적은 것으로 나타났다. 그러나 일요일의 경우 월평균 소득이 없는 집단, 200~300만원 미만의 집단, 그리고 300만원이상 집단이 기준집단인 100~200만원 미만인 집단에 비해 가족공

〈표 11〉 가족공유 식사시간의 영향요인

변인	구분	가족공유 식사시간(전체)			
		평일(10,902)		일요일(3,712)	
상수항		3.060	2.710	35.205***	5.697
성별 (기준: 남성)	여성	1.509*	.903	4.789**	1.884
연령 (기준: 20-29세)	30-39세	4.293***	1.593	5.606*	3.179
	40-49세	4.127**	1.676	4.491	3.322
	50-59세	8.226***	1.783	1.374	3.554
교육수준 (기준: 고졸)	중졸	2.016**	.990	-2.942	2.143
	전문대 및 대졸	-0.347	.765	5.171***	1.604
	대학원이상	0.761	1.904	14.739***	4.027
노동시간 (기준: 중)	없음	10.573***	1.488	8.809***	3.169
	하	6.511***	.914	1.627	1.901
	상	-3.907***	.930	-9.131***	1.906
개인월평균소득 (기준: 100~200만원 미만)	없음	8.989***	1.440	5.229*	3.084
	100만원 미만	3.461***	1.089	1.456	2.281
	200~300만원 미만	-2.052**	1.041	7.389***	2.143
	300만원 이상	-3.621***	1.133	6.918***	2.346
배우자 유무 (기준: 없음)	있음	17.059***	1.591	19.806***	3.528
미취학자녀 유무 (기준: 없음)	있음	3.196***	.946	8.509***	1.989
맞벌이 여부 (기준: 비맞벌이)	맞벌이	-1.494*	.849	1.601	1.795
성역할태도	연속변수	0.236	.496	-0.604	1.045
sigma		32.445***	.260	40.268***	.511
N		10,902		3,712	
Noncensored		8,633		3,303	
Left censored		2,269		409	
Log Likelihood		-44587.711		-17377.11	
Chi-Square		1159.65***		303.63***	
Pseudo R ²		0.0128		0.0087	

* p<0.05, ** p<0.01, *** p<0.001

유 식사시간이 더 많은 것으로 나타나 평일과 다른 패턴을 보이고 있다. 따라서 교육수준과 개인의 월평균소득을 함께 고려해 볼 때, 교육 수준이 높고 월평균 소득이 높은 집단이 평일에는 가족공유 식사시간이 적지만, 일요일에는 더 많은 것으로 나타나 평일에 가족과 함께 하지 못한 시간을 일요일에 보상하는 것으로 추론할 수 있다.

다음으로 가족특성인 배우자유무가 가족식사에 어떻게 영향을 미치는가를 보면, 평일과 일요일 모두 배우자가 없는 집단에 비해 배우자가 있는 집단이 가족과 함께하는 식사시간이 더 많은 것으로 나타났다. 미취학자녀의 유무도 가족공유 식사시간에 영향을 미치는데, 평일, 일요일에 모두 미취학자녀가 있는 경우에 없는 경우보다 가족공유 식사시간이 많았다. 또한 맞벌이가족의 경우 평일에는 비맞벌이가족 보다 가족공유 식사시간이 더 적었지만, 일요일에는 차이가 없는 것으로 나타났다.

마지막으로 노동시간이 가족공유 식사시간에 미치는 영향을 보면, 평일의 경우 노동시간이 없거나 노동시간이 적은 집단이 노동시간이 중간인 집단에 비해 가족공유 식사시간이 많은 반면, 노동시간이 많은 집단은 중간집단 보다 가족 공유 식사시간이 더 적은 것으로 나타났다. 일요일의 경우에는 노동시간이 중간인 집단에 비해 노동시간이 없는 집단이 가족공유 식사시간이 많은 반면, 노동시간이 가장 많은 집단은 여전히 가족식사시간이 적은 것으로 나타났다. 즉 장시간노동은 요일에 관계없이 가족식사에 부적 영향을 미치는데, 이러한 결과는 Paul과 Steven(1987)의 연구에서 노동시간이 가족공유 식사에 부적 영향을 준다고 결과와 일치하는 것이다.

2) 요일과 성별에 따른 가족공유 식사시간의 영향요인

가족공유 식사시간의 경향은 평일과 일요일에 따라 뚜렷한 차이를 보이지만, 동일한 요일이라 하더라도 가족 내 역할과 상황이 다른 남녀, 즉 성별에 따라서도 상이한 패턴을 보인다. 따라서 이러한 경향을 보다 심층적으로 파악하기 위해 남성과 여성을 구분하여 가족식사 여부를 결정하는 영향요인을 분석한 결과, <표 12>, <표 13>과 같다.

먼저 평일의 경우 남성의 가족공유 식사시간에 유의미하게 영향을 미치는 요인은 연령, 교육수준, 노동시간, 개인의 월평균소득, 배우자유무, 미취학자녀 유무, 맞벌이 여부로 나타났으며, 여성의 경우에는 연령, 교육수준, 노동시간, 월평균소득, 배우자유무, 미취학자녀 유무가 유의미한 영향요인으로 나타났다.

영향요인별로 남성과 여성의 가족공유 식사시간에 어떻게 영향을 미치는가를 세부적으로 살펴보면, 먼저 연령의 경우 20대 기혼남성들에 비해 50대 기혼남성들이 가족과 함께 하는 식사시간이 더 많은 것으로 나타나 은퇴 이후 성인남성들의 삶의 단면을 잘 반영해주는 결과라고 생각된다. 이에 반해 여성들은 20대에 비해 30대, 40대, 50대 모두 평일에 가족과 함께 식사하는 시간이 더 많은 것으로 나타나 남성과 삶의 패턴이 다름을 알 수 있다. 교육수준의 영향력을 파악하기 위해 고졸집단을 기준으로 분석한 결과, 여성의 경우 중졸집단의 가족공유 식사시간이 더 많은 반면, 남성의 경우 전문대 및 대졸 학력의 남성이 고졸 남성보다 가족공유 식사시간이 더 적은 것으로 나타났다. 특히 교육수준이 평일 남성의 가족식사시간에 미치는 영향은 남녀를 합친 분석에서는 나타나지 않았던 결과로서, 경제활동참여율이 다른 남성과 여성의 분리하여 분석할 필요성을 잘 보여주는 것이다. 개인의 월평균소득 역시

남녀를 합친 평일의 분석과 다른 양상을 보이는데, 소득기준집단(100-200만원 미만)과 비교할 때 소득이 없는 경우 여성은 가족과 함께하는 식사시간이 훨씬 더 많지만, 남성의 경우에는 가족공유 식사시간이 더 적은 것으로 나타나 남녀간의 차이를 극명하게 보여준다. 또한 여성의 경우에는 소득이 없거나 100만원 미만

인 집단이 기준집단 보다 가족공유 식사시간이 많은 것으로 나타나 이들 집단이 취업을 하지 않은 전업주부이거나 노동시간이 적은, 혹은 시간제로 일하는 여성들로 추론할 수 있다. 이에 반해 남성의 경우에는 기준집단 보다 소득이 많은 두 집단이 모두 평일의 가족공유 식사시간이 적은 것으로 나타나 소득과 노동시간의

〈표 12〉 평일 남성과 여성의 가족공유 식사시간의 영향요인

변인	구분	평일 가족공유 식사시간			
		남성(5,050)		여성(5,852)	
		B	S.E.	B	S.E.
상수항		6.516	4.526	5.059	3.495
연령 (기준: 20-29세)	30-39세	2.441	2.994	5.306***	1.865
	40-49세	3.776	3.057	4.045**	2.009
	50-59세	8.435***	3.174	7.294***	2.176
교육수준 (기준: 고졸)	중졸	1.196	1.657	2.834**	1.238
	전문대 및 대졸	-2.244**	1.121	1.575	1.051
	대학원이상	1.356	2.364	-2.394	3.382
노동시간 (기준: 중)	없음	22.570***	2.646	4.678**	2.167
	하	7.359***	1.282	5.219***	1.326
	상	-3.383***	1.179	-4.496***	1.563
개인월평균소득 (기준: 100-200만원 미만)	없음	-12.874***	3.925	15.032***	1.649
	100만원 미만	-2.144	2.107	6.078***	1.327
	200~300만원 미만	-3.541***	1.265	2.285	2.068
	300만원 이상	-4.936***	1.373	1.138	2.414
배우자 유무 (기준: 없음)	있음	14.142***	2.831	17.140***	1.964
미취학자녀 유무 (기준: 없음)	있음	2.598*	1.421	3.756***	1.276
맞벌이 여부 (기준: 비맞벌이)	맞벌이	-2.274**	1.054	-2.053	1.589
성역할태도	연속변수	0.940	.758	-0.450	.660
sigma		33.363***	.412	31.552***	.332
N		5,050		5,852	
Noncensored		3,732		4,901	
Left censored		1,318		951	
Log Likelihood		-19655.559		-24886.977	
Chi-Square		266.40***		666.44***	
Pseudo R ²		0.0067		0.0132	

* p<0.05, ** p<0.01, *** p<0.001

정적 상관관계의 반영으로 볼 수 있다.

다음으로 배우자의 유무는 남성과 여성 모두 동일하게 배우자가 있는 경우가 없는 경우 보다 가족과 함께하는 식사시간이 더 많은 것으로 나타났다. 미취학자녀의 유무 역시 남녀 모두 동일한 영향을 보이는데, 미취학자녀가 있는 경우 없는 경우 보다 가족공유 식사시간이 더 많은 것으로 나타났다. 맞벌이 여부를 보면, 여성의 취업은 본인의 가족식사시간에 유의미한 영향을 미치지 않지만, 남성의 가족공유 식사시간에는 유의미하게 부적 영향을, 즉 공유식사시간이 적은 것으로 나타났다.

마지막으로 노동시간은 남성과 여성 모두 노동시간이 중인 집단에 비해 노동시간이 없거나 적은 집단에서 가족공유 식사시간이 더 많은 반면, 노동시간이 가장 많은 집단의 남성과 여성은 가족과 함께하는 식사시간이 적은 것으로 나타나 노동시간의 중요성을 잘 반영해주고 있다.

일요일 가족공유 식사시간에 영향을 미치는 요인을 남녀별로 구분하여 분석한 결과, 남성의 경우에는 연령, 교육수준, 노동시간, 개인월평균소득, 배우자 유무, 미취학자녀 유무가, 여성의 경우에는 교육수준, 노동시간, 배우자 유무, 미취학자녀 유무, 맞벌이여부가 유의미한 것으로 나타나 평일과는 다른 양상을 보인다.

앞서 평일과 같이 영향요인별로 남성과 여성의 가족공유 식사시간에 어떻게 영향을 미치는지를 살펴보고자 한다. 먼저 연령의 경우 남성의 가족공유 식사시간에만 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났는데, 20대 기혼남성에 비해 다른 연령대(30, 40, 50대)의 기혼 남성집단 모두 일요일에 가족과 함께 식사를 하는 시간이 더 많았다. 남녀의 일요일 가족공유 식사시간에 미치는 교육수준의 영향을 보면, 남성과 여성 모두 고졸집단에 비해 학력이 높을수록 가족과 함께하는 식사시간이 더 많았다. 개

인의 월평균소득의 영향력을 보면, 남성의 경우 100-200만원 소득집단에 비해 200-300만원 미만 집단, 300만원 이상 집단 모두 가족공유 식사시간이 많은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 평일과 다른 패턴으로서, 특히 200만원이상 집단의 경우 평일과 일요일의 가족공유 식사시간에 남성 본인의 월평균소득이 미치는 영향이 정반대라는 점이다. 이에 반해 여성의 월평균소득은 일요일의 가족공유 식사시간에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타나 이 역시 평일과 다른 양상을 보인다. 따라서 개인의 월평균소득이 가족공유 식사시간에 미치는 영향은 성별과曜일(평일이나 일요일이나)에 따라 매우 독특하고 복잡한 방식으로 작용하고 있음을 알 수 있다.

가족특성 요인인 배우자의 유무는 평일과 마찬가지로 일요일에도 남성과 여성의 가족식사에 동일한 방식으로, 즉 배우자가 있는 경우 가족공유 식사시간이 더 많은 것으로 나타났다. 그런데 β 값을 비교해 보면 일요일 남성의 경우 배우자의 유무가 가장 영향력이 크며, 여성의 경우보다 영향력이 큰 것으로 나타나 남녀간의 차이를 알 수 있다. 다음으로 미취학자녀가 있는 경우 남성과 여성 모두 일요일에 가족이 함께하는 식사시간이 더 많은 것으로 나타났다. 맞벌이 여부가 가족공유 식사시간에 미치는 영향을 보면, 평일과 달리 일요일에는 여성의 가족공유 식사시간에 유의미한 것으로, 즉 맞벌이가족의 경우 비맞벌이가족 보다 여성의 가족공유식사시간이 더 많은 것으로 나타났다. 따라서 여성의 취업은 평일 남성의 가족공유 식사시간에는 부적 영향을 미치는 반면, 일요일 여성의 가족공유 식사시간에는 정적 영향을 미치고 있다.

마지막으로 노동시간이 남녀의 일요일 가족공유 식사시간에 미치는 영향을 보면, 노동시간이 가장 많은 집단이 남녀 모두 일요일에도

〈표 13〉 일요일 남성과 여성의 가족공유 식사시간 영향요인

변인	구분	일요일 가족공유 식사시간			
		남성(1,733)		여성(1,979)	
		B	S.E.	B	S.E.
상수항		22.041**	9.394	43.274***	7.559
연령 (기준: 20-29세)	30-39세	10.485*	5.710	3.956	3.780
	40-49세	13.790**	5.783	0.009	4.048
	50-59세	10.335*	6.037	-2.907	4.422
교육수준 (기준: 고졸)	중졸	-2.173	3.531	-2.293	2.700
	전문대 및 대졸	4.214*	2.355	6.324***	2.196
	대학원이상	13.710***	5.006	17.698**	7.167
노동시간 (기준: 중)	없음	4.060	5.773	14.907***	4.663
	하	0.449	2.663	2.217	2.752
	상	-6.852***	2.435	-13.202***	3.169
개인월평균소득 (기준: 100~200만원 미만)	없음	-8.706	10.107	5.144	3.452
	100만원 미만	2.832	4.334	1.107	2.762
	200~300만원 미만	7.959***	2.640	4.481	4.052
	300만원 이상	6.565**	2.833	5.988	5.066
배우자 유무 (기준: 없음)	있음	26.060***	6.147	13.476***	4.358
미취학자녀 유무 (기준: 없음)	있음	8.789***	3.007	7.712***	2.663
맞벌이 여부 (기준: 비맞벌이)	맞벌이	-1.602	2.212	9.047***	3.456
성역할태도	연속변수	-0.087	1.594	-0.809	1.398
sigma		41.596***	.782	38.889***	.668
N		1,733		1,979	
Noncensored		1,515		1,788	
Left censored		218		191	
Log Likelihood		-8050.8362		-9310.2791	
Chi-Square		91.37***		217.04***	
Pseudo R ²		0.0056		0.0115	

* p<0.05, ** p<0.01, *** p<0.001

가족공유 식사시간이 더 적었으며, 여성의 경우 노동시간이 없는 집단이 가족식사시간이 많은 것으로 나타났다. 따라서 장시간노동은 남녀 모두, 요일에 관계없이 가족이 함께 하는 식사시간의 제약요인임을 알 수 있다.

V. 결론 및 제언

본 연구의 목적은 성인들의 가족공유 식사 시간 실태를 가족공유 식사시간의 양과 시간대 분석을 통해 분석하고, 가족공유 식사시간에

영향을 미치는 요인은 무엇인지, 그리고 이러한 요인은 성별에 따라 차이가 있는가를 밝히는데 있다. 앞서의 분석을 통해 파악된 내용을 종합해 보면 다음과 같다.

첫째, 1999년 이후 20세 이상 기혼 성인의 식사시간은 조금씩 증가하는 경향을 보이지만, 가족공유식사시간은 행위자의 비율이 감소하면서 시간도 감소하는 추세를 보인다. 또한 2009년 생활시간조사 분석결과에 의하면, 남성들은 평일 저녁식사를 가족과 함께 하는 행위자 비율이 50%에도 미치지 못하는 것으로 나타나고 있다. 이러한 결과는 산업화와 함께 가정생활 전반이 변화하면서 가족구성원의 식사 유형도 변화하고 있음을 보여주는 것이다. 특히 자녀들은 세계에서 가장 많은 시간을 학습에 소비하고 있고 여전히 장시간노동의 관행이 유지되는 한국사회의 구조적 특성으로 인해 가족이 함께 모여 식사하기가 어려운, 현재 가정생활의 단면을 잘 반영하는 것이라고 생각된다. 그런데 가족이 함께하는 식사가 가족 간의 의사소통이나 부부간의 관계의 질, 나아가 자녀의 인지적, 정서적 발달에 큰 영향을 미친다는 연구결과에 의해, 그리고 자녀교육의 중요한 장으로 생각했던 ‘밥상머리 교육’의 중요성이 최근 들어 재조명되면서 가족이 함께하는 식사에 대한 사회적 관심이 증대되고 있다. 따라서 생활시간조사를 통한 가족공유 식사의 양적, 질적 분석은 현재의 객관적 실태를 파악하는데 중요한 기초자료를 제공한다는 점에서, 그리고 사회적 여론 형성을 통해 가족공유식사의 중요성을 알리고 가족공유식사시간을 증가시킬 수 있는 다양한 사회적 여건 조성과 활동을 촉진하기 위해서도 매우 유용하다고 생각된다.

둘째, 가족공유 식사시간은 평일에 비해 일요일이 27분 가량 많았으며, 참여율 역시 평일보다 일요일이 훨씬 더 높게 나타났다. 또한 평일과 일요일의 아침, 점심, 저녁 중에서 평

일 점심만 가족이외 사람과 함께하는 비율이 가장 높았고 나머지 경우는 모두-물론 참여율의 차이는 있지만-가족식사의 참여율이 가장 높았다. 그런데 누구와 함께 식사를 하는가의 경향은 성별에 따라 상대적 차이를 보이고 있다. 즉 평일과 일요일의 아침, 점심, 저녁 모두 남성은 여성에 비해 가족 이외 사람과 식사를 하는 경우가 상대적으로 많고, 여성은 반대로 남성 보다 가족과 함께 식사를 하는 경우가 많았다. 이러한 차이는 남녀간의 역할의 차이, 그리고 생활의 중심을 어디에 두고 있는가의 차이를 잘 반영해주는 결과라고 생각된다.

셋째, 가족공유 식사시간에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해 평일과 일요일로 구분하여 성별, 연령, 교육수준, 노동시간, 개인월평균소득, 배우자 유무, 미취학자녀 유무, 맞벌이 여부, 성역할태도의 영향을 분석한 결과, 평일의 경우 성역할태도를 제외한 모든 변인이, 일요일의 경우에는 맞벌이여부와 성역할태도를 제외한 모든 변인이 유의미한 것으로 나타났다. 그런데 우리나라에는 생활시간 배분구조에 있어 남녀간의 차이, 즉 성별에 따른 불평등지수가 높은 나라로서, 성별에 따른 가족공유 식사시간의 차이를 보다 세분화해서 파악할 필요가 있다. 요일과 성별을 모두 고려하여 평일의 남녀별 가족공유 식사시간, 일요일의 남녀별 가족공유 식사시간을 분석한 결과 독립변인의 영향이 매우 복잡하고 상이한 방식으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그렇지만 영향요인 중 성별에 관계없이 비교적 일관된 방식으로 가족공유 식사시간에 영향을 미치는 요인은 배우자 유무, 미취학자녀 유무, 노동시간이었다. 요일과 성별에 관계없이 배우자가 있는 경우가 없는 경우 보다 가족과 함께 식사하는 시간이 더 많았는데, 특히 배우자 유무의 영향력은 일요일 남성의 가족공유식사에 더 크게 작용하는 것으로 나타났다. 미취학자녀의 유무는 성별과

요일에 관계없이 미취학자녀가 있는 경우에 없는 경우보다 가족이 함께하는 식사시간이 많았다. 한편 노동시간의 경우 노동시간이 많은 집단이 다른 집단에 비해 가족공유식사시간이 적었으며, 이러한 영향력을 일요일의 가족공유 식사시간에도 성별에 관계없이 유의미한 것으로 나타나 노동시간의 영향력을 잘 보여주고 있다.

넷째, 가족공유식사시간의 영향요인 중 성별과 요일의 매트릭스에서 매우 복잡하고 상이한 방식으로 영향을 미치는 요인으로는 개인의 월 평균소득과 맞벌이여부를 꼽을 수 있다. 특히 개인의 월평균소득이 더욱 복잡하고 두드러진 특성을 보인다. 남성의 경우 기준집단인 100-200만원 미만의 소득집단에 비해 소득이 없거나 소득이 200만원 이상인 집단 모두 평일에 가족과 함께하는 식사시간이 더 적지만, 일요일의 경우에는 200만원 이상 소득집단에서 기준집단 보다 가족공유 식사시간이 더 많은 것으로 나타나 요일에 따른 대조적인 차이를 뚜렷하게 보여주고 있다. 이에 반해 여성의 경우에는 소득이 중간인 기준집단에 비해 소득이 없거나 100만원 미만의 낮은 소득집단에서만 가족과 함께 하는 식사시간이 더 많았고, 이러한 차이는 평일에만 유의미한 것으로 나타나 남성과 상이한 패턴을 보인다. 따라서 이러한 분석을 통해 본인의 월평균소득이 본인의 가족 공유식사시간에 미치는 영향력이 남녀에 따라 다르다는 점, 소득수준이 상대적으로 높은 기혼남성은 평일에 함께하지 못한 가족과의 식사를 일요일에는 보충하려 한다는 점을 알 수 있다. 이와 함께 월평균소득이 없는 기혼남성집단은 가족공유식사에 있어 매우 독특한 양상을 보여주는데, 이를 집단에 대한 심층적 분석이 추가적으로 필요하다. 한편 여성의 취업은 평일의 경우 본인 보다는 남성의 가족공유 식사 시간에 유의한 부적 영향을 미치는 반면, 일요

일의 경우에는 맞벌이가족의 여성이 비맞벌이 보다 가족과 함께 식사하는 시간이 더 많다는 점이다. 따라서 여성의 취업여부는 본인과 남편의 가족공유 식사시간에 복합적으로 상호작용하고 있음을 알 수 있다.

이상의 연구결과를 통해 하루 24시간으로 한정된 생활시간 배분에 있어 노동시간은 요일과 성별에 관계없이 가족공유 식사시간에 가장 결정적이고 직접적인 구조적 요인임을 알 수 있다. 따라서 가족이 함께하는 식사의 기회를 확대하기 위해서는 장시간 노동의 관행을 개선하는 효과적인 정책대안을 강구하는 것이 중요 하지만, 우리나라의 의식과 문화를 개선하기 위한 다각도의 노력이 함께 이루어져야 한다.

마지막으로 본 연구에서는 가족식사의 전반적 경향은 파악했지만, 이에 영향을 미치는 요인의 분석은 가족공유 식사에 초점을 둘으로써 혼자하는 식사, 가족 이외 사람과 함께하는 식사는 영향요인에 따라 어떤 양상을 보이는가의 문제는 본 연구에서 제외되었다. 따라서 이러한 분석이 후속연구에서 이루어진다면, 20세 이상 성인 기혼남녀의 식사시간과 식사패턴을 종합적으로 구체화할 수 있을 것으로 생각된다. 또한 가족공유 식사는 부부의 공유식사인지, 모자 또는 부자의 공유식사인지, 부모와 자녀 모두의 가족식사인지의 구체적 내용을 파악하기에는 연구자료의 한계상 불가능하다. 그러나 향후 생활시간 조사 시 좀 더 세분화된 내용을 조사할 수 있다면, 가족공유 식사의 성격과 특성을 보다 심층적으로 파악하여 현재 우리의 가족생활이 갖는 의미를 더욱 깊이 파악할 수 있을 것으로 생각된다. 이와 함께 가족공유 식사라는 주행동과 함께 이루어지는 동시행동을 분석하여 가족공유시간의 몰입정도와 공유시간의 질적인 분석이 이루어진다면 개인의 생활방식과 삶의 질적 측면을 보다 풍부히 파악할 수 있는 좋은 연구가 될 수 있으므로

생활시간 조사의 방법이 보다 발전되기를 기대 한다.

【참 고 문 헌】

- 1) 국립서울병원(2006). 가족식사가 청소년 탈선 막는다. 지역정신보건 사업 지원.
- 2) 김외숙, 이기영, 이연숙, 조희금, 이승미(2005). 국민 생활시간 활용의 국제비교, 여성가족부. 통계청. 「2004 생활시간조사 종합분석결과 학술세미나」. 35-82.
- 3) 김현아(2004). 정상체중군과 비만군 아동의 가족요인과 식습관, 사회인지적 요인 비교. 아동간호학회지 10(3), 251-379.
- 4) 농림수산식품부(2010). 초등학생부터 아침밥 먹는 식습관을 배운다. 농림수산식품부 식량 정책과 보도자료.
- 5) 미리엄 와인스타인 지음 김승환 옮김(2006), 「가족식사의 힘」. 서울: 한스미디어
- 6) 박건영(2006). 인천지역 초등학교 6학년 일부 어린이들의 가족식사 패턴과 영양소 섭취실태 조사. 국민대학교 교육대학원. 석사학위 청구논문.
- 7) 보건복지가족부. 2008년 「국민건강통계」 국민건강영양조사 제4기 2차년도.
- 8) 손문금(2005). 맞벌이 부부의 무급노동분담에 대한 실증적 연구: “생활시간조사” 자료를 중심으로. 한국여성연구소 페미니즘연구, 5, 239-287.
- 9) 아다치 미유키(2000). 알고 계십니까, 아이들의 식탁. 모수미, 권순자, 이경신 역. 서울: 교문사.
- 10) 이기영, 김외숙, 서창원, 이승미(1994). 도시 근로자가정 부부의 생활시간구조에 관한 연구. 대한가정학회지 32(1), 31-46.
- 11) 이동훈, 이호진, 정민근(2010). 인간공학: 한국 성인의 일상생활활동에 대한 생활시간 분석. 대한산업공학회 추계학술대회논문집, 1-8.
- 12) 이승미, 이기영(1998). 가정생활주기에 따른 도시근로자가정 부부의 생활시간 구조. 대한 가정학회지 32(3), 11-26.
- 13) 이승미, 이기영(1998). 부모와 자녀의 공유 시간에 관한 연구. 한국가정관리학회지 16(2), 123-136.
- 14) 이지은, 정인경(2005). 초등학생 자녀의 식습관 및 영양교육에 대한 학부모의 인식조사. 대한가정학회지 43(7), 67-77.
- 15) 지영숙, 이태진(2001). 도시가정의 가족여가 유형-자녀교육기를 중심으로-. 한국가정 관리학회지 19(2), 153-165.
- 16) 통계청(2001). 1999년 생활시간조사 종합 분석사업보고서.
- 17) 통계청(2005). 2004년 생활시간조사 종합 분석사업보고서.
- 18) 통계청(2010). 2009년 「생활시간조사」 결과 보도자료.
- 19) 통계청. 경제활동인구연보.
- 20) 홍성희(1996). 주부의 가족여가활동 참여도와 생활만족도에 관한 연구. 대한가정학회지 34 (2), 71-84.
- 21) 홍성희(2003). 가족단위 여가활동 참여가 가족기능에 미치는 영향: 주5일 근무제 실시 집단을 중심으로. 여가학연구, 1(2), 57-71.
- 22) Barbara, H. F. & Marlene, S.(2008). Reclaiming the family table: Mealtimes and child health and wellbeing. *A Publication of the Society for Research in Child Development*, 22(4), 1-20.
- 23) Barnet-Verzat C., Pailhé A. & Solaz A. (2005). Being together or entertaining together? The impact of children on couples activity synchronization. *Paper presented at the annual conference of the European Society*

- for Population Economics, Paris.*
- 24) Bittman, M.(1999). Parenthood without penalty: Time use and public policy in Australia and Finland. *Feminist Economics*, 5, 27-42.
- 25) Becker, G. S.(1965). A theory of the allocation of time. *The Economic Journal*, 75(299), 493-517.
- 26) Bradbury, B.(2004). Using Time Use Data to Estimate the Full Costs of Children. *Social Policy Research Centre*, University of New South Wales.
- 27) Bryant, W. K. & Cathleen, D. Z.(1996). Are we investing less in the next generation? Historical trends in time spent caring for children. *Journal of Family and Economic Issues*, 17(3), 365-392.
- 28) Bryant, W. K. & Wang, Y.(1990). Time together, time apart: An analysis of wives' solitary time and shared time with spouses. lifestyles: *family and economic issues*, 11(1), 89-119.
- 29) Bryant, W. K. & Zick, C. D.(1996). An examination of parent-child shared time. *Journal of marriage and family*, 58(1), 227-237.
- 30) Cason, K. L.(2006). Family Mealtimes: More than Just Eating Together. *Journal of the American Dietetic Association*. 106(4), 532 -533.
- 31) Compan, E., Moreno, J., Ruiz, M. T., & Pascual1, E.(2002). Doing things together: adolescent health and family rituals. *Journal of Epidemiol Community Health*, 35(5), 89-94.
- 32) Davey, A. J. & Paolucci, B.(1980). Family interaction: A study of shared time and activities. *Family Relations*, 29(1), 43-49.
- 33) Eisenberg, M. E., Olson, R. E., Neumark-Sztainer, D., Story, M. & Bearinger, L. H.(2004). Correlations between family meals and psychosocial well-being among adolescents. *Arch Pediatr Adolesc Med*, 158(8), 792-796.
- 34) Franko, D. L., Thompson, D., Affenito, S. G. & Barton, B. A.(2008). What mediates the relationship between family meals and adolescent health issues? *Health Psychology*, 27(2), 109-117.
- 35) Fulkerson, J. A., Neumark-Sztainer, D. & Story, M.(2006). Adolescent and parent views of family meals. *Journal of the American Dietetic Association*. 106(4), 526-532.
- 36) Gatenby, R.(2004). Married only at the weekend? A study of the amount of time spent together by spouses. *UK Office for National Statistics*, 1-27.
- 37) Gronau, R.(1977). Leisure, home production, and work-the theory of the allocation of time revisited. *The Journal of Political Economy*, 85(6), 1099-1124.
- 38) Lesnard, L.(2008). Off-scheduling within dual-earner couples: an unequal and negative externality for family time. *American Journal of Sociology*, 114(2).
- 39) Mareno, V. & Galiano, S.(2006). The family meal. Somewhat more than eating together. *ACTA PEDIATRICA ESPANOLA*, 64(11), 1-20.
- 40) Mincer, J(1962). Labor Force Participation of Married Women. *Aspects of Labor Economics*, 63-106.
- 41) Nancy, G.(2006). Time. The magic of the family meal. New York: <http://gatheraroundthetable.wordpress.com/the-magic-of-the-fam>

- ily-meal/
- 42) Orthner, D. K.(1975). Leisure activity patterns and marital satisfaction over the marital career. *Journal of Marriage and the Family*, 37(1), 91-102.
- 43) Paul, W. K. & Steven, L. N.(1987). Time together among dual-earner couples. *American Sociological Review*, 52(3), 391-400.
- 44) West, P. C. & Merriam, L. C.(1970). Outdoor Recreation and Family Cohesiveness: A Research Approach. *Journal of Leisure Research*, 2(4), 251-259.
- 45) Yeung, W. J., Sandberg, J. F., Davis-Kean, P. E. & Hofferth, S. L.(2001). Children's time with fathers in intact families. *Journal of Marriage and Family*, 63(1), 136-154.
- 46) Zick, C. D. & McCullough, J. L.(1991). Trends in married couples' time use: Evidence from 1977-78 and 1987-88, *Sex Roles*, 24, 459-487.
- 47) USDA(2006). Enjoying the family meal. Nibbles for health 8. <http://www.fns.usda.gov/tn/resources/nibbles/enjoying.pdf>
- 48) Waxman, M.(2006). The importance of the family meal. <http://macrobiotics.co.uk/family-health/familymeal.htm>

- 토 고 일 : 2011년 1월 1일
- 심 사 일 : 2011년 1월 11일
- 심사완료일 : 2011년 1월 21일