

주부들의 영양태도, 식품구매 및 식생활 평가의 차이에 관한 비교 연구 - 서울특별시와 경기도 일부 지역에 거주 -

정근희^{1*} · 신경옥¹ · 최경순¹ · 윤진아² · 정강현³ · 김지상⁴

¹삼육대학교 식품영양학과, ²배화여자대학교 식품영양과, ³서울기술과학대학교 식품공학과, ⁴경남대학교 식품영양학과

Comparative Study on Nutrition Attitudes, Food Purchase Behaviors, and Dietary Habits of Housewives Living in Seoul and Kyunggi Area

Keun Hee Chung^{1*}, Kyung Ok Shin¹, Kyung Soon Choi¹, Jin A Yoon², Kang Hyun Chung³ and Ji Sang Kim⁴

¹Dept. of Food and Nutrition, Sahmyook University, Seoul 139-742, Korea

²Dept. of Food and Nutrition, Baewha Women's University, Seoul 110-735, Korea

³Dept. of Food Science & Technology, Seoul National University of Science & Technology, Seoul 139-743, Korea

⁴Dept. of Food and Nutritional Science, Kyungnam University, Changwon 631-701, Korea

Abstract

This study focused on the nutrition knowledge, food purchase behaviors, and dietary habits of 213 housewives (41 women under 39 years, 98 women 40~49 years, and 74 women over 50 years). Younger housewives held more special jobs, whereas older housewives worked as housewives or had no jobs ($p<0.05$). The average monthly income of the three family groups was 3,000,000~5,000,000 won, and the monthly dietary expenditure for all three groups was 200,000~500,000 won. Familial frames for the three groups was nuclear family (over 80%), but housewives younger than 39 years (19.5%) lived together with their parents and let them take care of their children. Housewives (over 50 years) prepared a balanced diet for every meal, utilized less drastic cooking methods to prevent loss of nutrients, and shopped at many places in order to save money on various food materials. Further, they purchased food materials that resulted in the least amount of left overs. On the other hand, housewives under 39 years visited large supermarkets and purchased cooked foods more than other groups. Housewives under 39 years considered nutrients content as the most important factor when purchasing food materials, whereas 74.5% of housewives between 40~49 years and 51.4% of housewives over 50 years put the most importance on flavor ($p<0.05$). Housewives under 39 years were interested in manufacture date, nutrient content, and food price, in decreasing order, whereas housewives between 40~49 years and over 50 years were interested in manufacture date, food prices, and nutrient content. Older housewives were interested in brown rice and fruits, whereas younger housewives under 39 years were interested in meat, fish, eggs, fried foods, and fast food. Older housewives over 50 years did not consume fried foods more than two times per week and consumed three regular meals more often than younger housewives. Accordingly, for younger housewives, it is necessary that healthy foods be cooked for their families.

Key words : Housewives, attitude, processed foods, mini dietary assessment.

서 론

빠른 경제성장과 더불어 현대화 및 서구화로 인하여 소득의 증가, 여성의 사회활동의 증대 및 생활양상의 변화 등의 사회 전반적인 변화가 가속화되었으며, 특히 식품 산업의 급성장으로 다양한 식품의 생산과 더불어 구매력이 증대되었고, 이러한 과정에서 식생활도 많은 변화를 보였다(Yoo & Noh 1995). 2011년 발표된 통계청 자료에 의하면, 맞벌이 부

부의 증가로 인해 2011년 1/4분기 도시 근로자 가구당 월 평균 소득은 385만 8천원으로 전년 동기 대비 3.5% 증가한 것으로 조사되었다. 이는 전년 동기 대비 3.5% 증가가 더 증가한 수치이다. 특히 부부의 공동 사회활동의 증가는 가계의 월 평균 소득의 증가하는 요인이 되었다. 주부의 사회활동은 직업상의 지위를 확보할 수 있으며, 자아실현과 직업을 통한 소득 확보 및 가정 내에서도 영향력이 증가되었다(Sorensen & Verbrugge 1987, Choi *et al* 2002, Artazcoz *et al* 2004, Choi & Chung 2006). 그러나 직업 주부의 경우 가정에서의 주부 역할의 소홀함과 가정생활에 불편을 끼치는 등의 부담감을 가지고 있는 것으로 나타났다(Bellante & Foster 1984,

* Corresponding author : Keun Hee Chung, Tel : +82-2-3399-1651, Fax : +82-2-3399-1655, E-mail: khchung@syu.ac.kr

Choi *et al* 2002, Shin *et al* 2010).

선행 연구에서는 성별, 연령별, 직업별, 교육 및 소득 수준별 등 인구사회학적 관점에서 해당 인구집단의 식생활을 조사하는 것은 인구집단의 건강 문제를 파악하고, 문제의 원인을 제거하기 위한 바람직한 방법이라고 지적하였다 (Choi & Chung 2006). 일반적으로 사회경제적 수준이 높을수록 건강에 좋은 식행동을 더 많이 행하며, 사회경제적 수준이 낮을수록 좋지 않은 식사를 하는 경향으로 보고되고 있다(Hulshof *et al* 1991, Prattala *et al* 1994, Dowler E 2001, Choi & Chung 2006). 또한 교육수준도 중요한 인구사회학적 변수로서 교육수준이 높을수록 건강한 식사를 하며, 육류의 섭취 빈도는 낮고, 녹색 채소와 과일을 섭취하는 빈도가 높다고 보고하였다(Axelsson ML 1986, Osler M 1993, Dynesen *et al* 2003, Choi & Chung 2006). Eppright *et al*(1970)은 주부의 영양지식과 균형 잡힌 식사계획과는 연관성이 있어 영양지식 수준이 높을수록 식생활적응 능력이 뛰어나다고 보고하였다.

식품을 구매하는 장소도 과거에는 시장을 많이 이용하였지만, 현재는 대도시의 경우 대형 마켓에서 구매하는 경향이 높아졌다(Hyun & Kim 1997, Jung & Ahn 2002). 그러나 아직도 연령층이 높은 주부들은 저렴한 시장을 이용하는 경우가 많다. 현대사회가 도시화, 핵가족화 되면서 소비의 형태도 변화가 생겨 편의성 가공식품의 소비가 증가하는 추세이며(Yoon *et al* 1998, Shin *et al* 2010), 이러한 식품의 소비는 젊은 층의 직업주부들 사이에서 높은 것으로 나타났다. 그러나 Park YS(1996)에서는 주부의 가공식품 이용은 주부의 취업 유무가 영향을 없다고 하였으며, Lee KJ(1995)에서는 식습관에 따른 가공식품의 소비 정도는 식습관이 좋은 집단이 가공식품의 소비 정도가 낮은 것으로 보고하였다. Shin *et al* (2010)에서 제시된 것처럼 주부들을 대상으로 한 선행 연구에서는 서울 지역(Yoo YS 1980), 전북 지역(Lee KJ 1991), 대전 지역(Kim MR 1984), 진주 지역(Lee JH 2001), 영동 지역(Jang & Hwang 1984), 안동 지역(Kwon & Jang 1994), 여주 지역(Oh *et al* 1987), 연변 지역(Park YS 2001), 그리고 미국의 뉴욕과 뉴저지주(Sim *et al* 1999) 등의 각 지역에 거주하는 40대를 대상으로 한 연구는 많았으며, 가족들의 식생활 관리, 식품 구매, 밀반찬 실태, 영양소 실태, 선호 식품 등의 다양한 연구가 진행되어 왔다고 보고하였다. 그러나 주부에 관한 논문들 중 젊은 층의 주부들과 연령대가 높은 주부들을 대상으로 한 영양태도, 식품구매 및 식생활 평가의 차이에 관한 비교논문은 부족한 편이다.

따라서 본 연구는 연령에 따른 주부들의 영양태도, 식품구매 및 식생활 평가에는 어떠한 차이가 있는지 비교하여 식품 생산에 기초자료를 제공하고자 실시하였다.

내용 및 방법

1. 조사대상 및 시기

본 연구는 서울특별시와 경기도 일부 지역에 거주하는 주부 213명(39세 이하 주부 41명, 40~49세 주부 98명, 50세 이상 주부 74명)을 대상으로 2009년 11월부터 2010년 1월 사이에 실시하였다. 본 조사내용은 설문지를 통해 주부들의 일반사항, 영양태도, 식품구매 시 고려할 사항, 식품군별 선호하는 식품의 비교 및 식생활 평가 등을 조사하였다.

2. 조사내용 및 방법

1) 일반사항

일반사항으로는 주부의 직업, 직업의 형태, 가계의 월 평균 수입, 한 달 사용되는 식비, 자녀수, 가족 구조의 형태 등에 대한 사항을 설문지를 이용하여 조사하였다.

2) 영양태도 및 식품구매 시 고려할 사항

주부들의 영양적 태도 및 식품 구매 시 고려할 사항에 관한 내용은 설문지 문항을 통하여 조사하였다. 영양태도에 관한 문항으로는 ‘음식을 만들 때 나는 내가 알고 있는 식생활 지식을 사용한다’, ‘새로운 식생활 지식을 얻기 위해 노력한다’, ‘가족에게 식생활의 중요성을 알리기 위해 노력한다’, ‘매끼 식사에서 균형이 잡힌 영양 식단을 제공한다’, ‘음식을 만들 때 되도록 영양소 파괴가 적은 조리 방법을 이용한다’, ‘사고 싶은 식품이 비쌀 경우 저렴한 다른 식품을 산다’, ‘식품을 보다 저렴하게 구입하기 위해 여러 곳을 돌아다니 후 구매한다’, ‘만들어진 음식을 사기보다는 직접 집에서 음식을 만든다’, ‘조리하고 남은 음식을 버리지 않고 다음 식사 때 다시 먹는다’, ‘음식물 쓰레기를 줄이기 위해 되도록 쓰레기가 적은 식품을 구입한다’로 ‘매우 그렇지 않다’, ‘그저 그렇다’, 및 ‘매우 그렇다’로 구분하여 조사하였다.

식품 구매시 고려할 사항으로는 ‘음식을 선택할 때는 가장 중요시 여기는 사항’, ‘식품 구매시 중점을 두어 확인하는 항목’, ‘자녀가 좋아하는 소시지, 햄 등의 가공식품 준비’, ‘준비하는 가공식품의 종류’ 등을 조사하였다.

3) 식품군별 선호하는 식품의 비교

식품군별 선호하는 식품을 각각 탄수화물(잡곡과 현미섭취), 단백질(우유 섭취, 콩류 섭취, 그리고 육류, 생선 및 달걀 섭취), 비타민과 무기질(과일과 채소류 섭취) 및 가공식품(튀김음식과 패스트푸드 섭취)으로 분류하여 설문지를 이용하여 조사하였다.

4) 식생활 평가

주부들의 식생활을 진단하기 위해서 10문항으로 구성된 식생활 평가(Kim *et al* 2003)를 이용하여 식생활을 간단하게 평가하였다. 설문 문항의 항목으로는 ‘우유나 유제품(요구르트, 요플레 등)을 매일 1병 이상 마신다’, ‘육류, 생선, 달걀, 콩, 두부 등으로 된 음식을 끼니마다 먹는다’, ‘김치 이외의 채소를 식사할 때마다 먹는다’, ‘과일(1개)이나 과일쥬스(1잔)를 매일 먹는다’, ‘튀김이나 기름에 볶는 요리를 주 2회 이상 먹는다’, ‘지방이 많은 육류(삼겹살, 갈비, 장어 등)를 주 2회 이상 먹는다’, ‘식사할 때 음식에 소금이나 간장을 더 넣을 때가 많다’, ‘식사는 매일 세끼를 규칙적으로 한다’, ‘아이스크림, 케이크, 과자류, 탄산음료(콜라, 사이다 등)를 간식으로 주 2회 이상 먹는다’, 및 ‘모든 식품을 골고루 섭취하는 편이다(편식을 하지 않는다.)’ 등이었다. 이 설문지는 본인이 각 문항을 읽고 행동에 일치되는 정도에 따라 각 문항을 3점 척도(3=항상 그런 편이다~1=아닌 편이다)로 답하도록 하였다.

3. 통계처리

수집된 모든 자료는 SPSS package(version 13.0) 프로그램을 이용하여 조사 항목에 따라 빈도와 백분율을 구하였고, 각 변인간의 통계의 유의성 검증은 $p < 0.05$ 수준에서 χ^2 -test로 검증하였다.

결과 및 고찰

1. 일반사항

주부들의 일반적인 사항은 연령별로 Table 1에 제시하였다. 주부들의 직업을 살펴보면, 39세 이하의 주부들의 경우 전문직(의사, 약사, 변호사, 교수, 종교인, 예술가, 교육공무원) 종사자가 51.2%로 가장 많은 비율을 차지하였으며, 그 다음으로 사무직(회사원, 은행원, 일반공무원)이 17.1%, 단순근로(청소부, 노동, 수위)가 14.6% 순으로 조사되었다. 40~49세 사이의 주부들의 직업 분포를 보면, 영업(도소매, 운전, 농수산업, 부동산, 음식점) 종사자가 25.5%로 가장 많은 비율을 차지하였으며, 단순근로(청소부, 노동, 수위)과 전문직(의사, 약사, 변호사, 교수, 종교인, 예술가, 교육공무원) 종사자가 각각 17.3%와 17.3%로 조사되었다. 50세 이상의 주부들의 경우는 직업이 없는 주부(무직)가 43.2%로 가장 많은 비율을 차지하였으며, 영업(도소매, 운전, 농수산업, 부동산, 음식점) 종사자가 24.3%, 단순근로(청소부, 노동, 수위)가 17.6% 순으로 조사되었다. 특히 50세 이상의 주부들의 경우 나이와 사회적 경력이 많으므로 관리직(고급공무원, 기업체 간부 및 경영진)에 종사하는 주부도 있었다. 본 조사에 의하면, 연령대가 낮은 주부일수록 전문직 종사자가 많은 반면에, 나이가 많은 주부일수록 무직이거나 단순근로(청소부, 노동,

수위)에 종사하는 비율이 높았다($p < 0.05$). 직업의 형태는 39세 이하의 주부 74.3%, 40~49세 사이의 주부 76.1% 및 50세 이상의 주부 81.0%가 전일제 근무를 하여 시간제 주부들보다 많은 비율을 차지하였다. 가계의 월 평균 수입은 세 그룹 모두 300~500만 원이 가장 많은 비율(39세 이하의 주부 36.6%, 40~49세 사이의 주부 33.7% 및 50세 이상의 주부 35.1%)을 차지하였으며, 500만 원 이상의 월 평균 가계 수입을 버는 가정도 20.4~31.7%를 차지하였다. Shin *et al*(2010)에서는 서울과 경기 일부 지역에 거주하는 주부들의 가계의 월 평균 수입은 300~500만 원이라고 보고하였으며, Choi & Chung(2006)에서는 월 평균 가정의 소득에 있어서 각각 전업주부는 200~300만 원이 40.0%, 취업주부는 400만 원 이상이 49.0%로 보고하였다. 한 달에 사용되는 식비는 세 그룹 모두 20~50만 원이 가장 많은 비율을 차지하였으며, 50세 이상의 주부의 경우 50~100만 원의 식비를 사용한다고 답한 비율이 36.5%나 되었다. 39세 이하의 주부에서는 1명의 자녀를 가진 가정이 46.3%로 가장 많은 비율을 차지하였으며, 40~49세 사이의 주부와 50세 이상의 주부들의 경우는 2~3명의 자녀를 가진 가정이 각각 84.7%와 86.4%로 가장 많은 비율을 차지하였다($p < 0.05$). 가족 구조의 형태는 세 그룹 모두 핵가족 형태가 80% 이상을 차지하였으며, 39세 이하의 주부의 경우 직장 및 사회활동을 하는 경우 아기를 돌보고 가정의 살림을 맡아 주기 위해 부모님과 같이 사는 경우가 19.5%로 조사되었다. Jung & Ahn(2002)에서도 부부와 자녀로 구성된 핵가족이 75.6%로 가장 많은 비율을 차지하였으며, 점점 핵가족화 되고 있는 추세라고 하였다.

2. 영양태도

주부들의 가정에서의 영양태도에 관한 사항은 Table 2에 제시하였다. 음식을 만들 때 나는 내가 알고 있는 식생활 지식을 사용한다고 항목에 대해 자주 그렇다고 답한 비율은 39세 이하의 주부가 70.7%, 40~49세 사이의 주부가 75.5% 및 50세 이상의 주부는 78.3%라고 답하였다. 39세 이하의 주부의 60.9%, 40~49세 사이의 주부 60.2%, 그리고 50세 이상 주부의 58.1%는 새로운 식생활 지식을 얻기 위해 노력한다고 답하였다. 가족에게 식생활의 중요성을 알리기 위해 노력하는 경우는 39세 이하의 주부들에 비해 40세 이상의 주부(40~49세 사이의 주부 67.4%, 그리고 50세 이상의 주부 63.5%)들에서 더 높게 조사되었다. 매끼 식사에서 균형이 잡힌 영양 식단을 제공한다고 답한 경우는 50세 이상의 주부가 52.7%로 나타나, 다른 두 군(39세 이하의 주부 26.9%, 40~49세 사이의 주부 41.8%)에 비해 유의하게 높게 조사되었다($p < 0.05$). 이는 50세 이상의 주부들이 전업주부인 경우가 많으며, 많은 시간과 노력을 가족의 건강에 이바지하고 있는 것으로 사료된다. 음식을 만들 때 되도록 영양소 파괴가 적

은 조리 방법을 이용한다고 답한 비율은 39세 이하의 주부 41.4%, 40~49세 사이의 주부 58.2% 및 50세 이상의 주부 64.8%로 조사되었다($p<0.05$). 그러나 39세 이하의 주부에서는 조리를 하지 않거나 영양소 파괴에 신경을 쓰지 않는 비율이 19.5%나 되는 것으로 조사되었다. 사고 싶은 식품이 비쌀 경우 저렴한 다른 식품을 산다는 비율은 50세 이상의 주부들에서 62.1%를 차지하여 다른 두 군에 비해 대체식품 이용이 높은 것으로 조사되었다. 39세 이하의 주부의 경우 식품을 살 때 시간과 노력을 아끼기 위해 대형마트를 이용하는 경우가 많으므로 좀처럼 여러 곳을 돌아다니지 않는 경우가

51.3%로 높게 조사된 반면에, 50세 이상의 주부들의 경우 식품을 보다 저렴하게 구입하기 위해 여러 곳을 돌아다닌 후 구매한다고 답한 비율은 59.4%로 높게 조사되었다($p<0.05$). 전남 여수시에 거주하는 일부 주부들을 대상으로 한 Jung & Ahn(2002)에서는 연령이 많을수록 재래시장에서 식품을 구매하는 경우가 높았으며, 연령이 낮을수록 마트, 아파트상가, 슈퍼마켓 순으로 구매한다고 보고하였다. 전북 지역 주부들을 대상으로 한 연구(Lee KJ 1991)에서는 식품의 구입 장소가 큰 시장이 가장 많았고, Hyun & Kim(1997)와 Lee JH (2001)는 각각 대전 지역과 진주 지역의 주부들을 조사한 결

Table 1. Demographic characteristics

| | | ≤39 years (n=41) | 40~49 years (n=98) | ≥50 years (n=74) | Significance |
|--|------------------|-----------------------|--------------------|------------------|------------------|
| Occupation | Labor | 6(14.6) ¹⁾ | 17(17.3) | 13(17.6) | $p<0.05^2)$ |
| | Sales or service | 1(2.4) | 25(25.5) | 18(24.3) | |
| | Official | 7(17.1) | 8(8.2) | 4(5.4) | |
| | Management | - | - | 1(1.4) | |
| | Specialized | 21(51.2) | 17(17.3) | 6(8.1) | |
| | Jobless | 6(14.2) | 31(3.6) | 32(43.2) | |
| Occupation form | Full-time work | 26(74.3) | 51(76.1) | 34(81.0) | NS ³⁾ |
| | Part time work | 9(25.7) | 16(23.9) | 8(19.0) | |
| Monthly income (unit: won×10 ⁴) | <100 | 3(7.3) | 7(7.1) | 3(4.1) | NS |
| | 100~200 | 2(4.9) | 14(14.3) | 15(20.3) | |
| | 200~300 | 8(19.5) | 24(24.5) | 12(16.2) | |
| | 300~500 | 15(36.6) | 33(33.7) | 26(35.1) | |
| | ≥500 | 13(31.7) | 20(20.4) | 18(24.3) | |
| Food expenses (unit: won×10 ⁴) | <20 | 1(2.4) | 5(5.1) | 4(5.4) | NS |
| | 20~50 | 20(48.8) | 50(51.0) | 31(41.9) | |
| | 50~100 | 13(31.7) | 33(33.7) | 27(36.5) | |
| | ≥100 | 7(17.1) | 10(10.2) | 12(16.2) | |
| Number of children | 0 | 4(9.8) | 1(1.0) | 1(1.4) | $p<0.05$ |
| | 1 | 19(46.3) | 11(11.2) | 7(9.5) | |
| | 2~3 | 18(43.9) | 83(84.7) | 64(86.4) | |
| | 4~5 | - | 3(3.1) | 2(2.7) | |
| Type of family | Nuclear family | 32(80.5) | 91(92.9) | 68(91.9) | $p<0.05$ |
| | Extended family | 8(19.5) | 7(7.1) | 6(8.1) | |

Number of adults=213.

¹⁾ N (%) : number of adults, the relative % of adults.

²⁾ Significant at $p<0.05$ by χ^2 -test.

³⁾ NS : statistically no significant difference at $p<0.05$ by χ^2 -test.

Table 2. Assessment of attitude in diet

| | | ≤39 years (n=41) | 40~49 years (n=98) | ≥50 years (n=74) | Significance |
|---|------------|-----------------------|--------------------|------------------|------------------------------|
| How often do you consider your knowledge in preparation of foods? | Seldom | 5(12.2) ¹⁾ | 10(10.2) | 3(4.1) | NS ²⁾ |
| | Sometimes | 7(17.1) | 14(14.3) | 13(17.6) | |
| | Very often | 29(70.7) | 74(75.5) | 58(78.3) | |
| Do you effort to get knowledge in dietary habit? | Seldom | 7(17.1) | 16(16.3) | 8(10.9) | NS |
| | Sometimes | 9(22.0) | 23(23.5) | 23(31.1) | |
| | Very often | 25(60.9) | 59(60.2) | 43(58.1) | |
| Do you let your family know the importance of dietary habit? | Seldom | 4(9.8) | 10(10.2) | 11(14.9) | NS |
| | Sometimes | 14(34.1) | 22(22.4) | 16(21.6) | |
| | Very often | 23(56.1) | 66(67.4) | 47(63.5) | |
| How often do you prepare the balanced food every meal? | Seldom | 10(24.4) | 21(21.4) | 11(14.9) | <i>p</i> <0.05 ³⁾ |
| | Sometimes | 20(48.8) | 36(36.7) | 24(32.4) | |
| | Very often | 11(26.9) | 41(41.8) | 39(52.7) | |
| How often do you follow the best way to lessen the loss of nutrient during cooking? | Seldom | 8(19.5) | 19(19.4) | 6(8.1) | <i>p</i> <0.05 |
| | Sometimes | 16(39.0) | 22(22.4) | 20(29.0) | |
| | Very often | 17(41.4) | 57(58.2) | 48(64.8) | |
| How often do you consider the price of foods in purchase? | Seldom | 12(29.3) | 25(25.5) | 18(24.3) | NS |
| | Sometimes | 9(22.0) | 16(16.3) | 10(13.5) | |
| | Very often | 20(48.8) | 57(58.2) | 46(62.1) | |
| How often do you select the market place for the low price? | Seldom | 21(51.3) | 41(41.8) | 19(25.7) | <i>p</i> <0.05 |
| | Sometimes | 10(24.4) | 25(25.5) | 11(14.9) | |
| | Very often | 10(24.4) | 32(32.7) | 44(59.4) | |
| How often do you cook yourself rather than buying the processed food? | Seldom | 3(7.3) | 8(8.2) | 2(2.8) | <i>p</i> <0.05 |
| | Sometimes | 8(19.5) | 9(9.2) | 11(14.9) | |
| | Very often | 30(73.2) | 81(82.7) | 61(82.4) | |
| Do you use again the leftover after cooking? | Seldom | 7(17.0) | 10(10.2) | 5(6.8) | <i>p</i> <0.05 |
| | Sometimes | 13(31.7) | 12(12.2) | 14(18.9) | |
| | Very often | 21(51.3) | 76(77.6) | 55(74.3) | |
| Do you purchase the food that produce small amount of waste? | Seldom | 14(34.2) | 30(30.6) | 25(33.8) | NS |
| | Sometimes | 13(31.7) | 31(31.6) | 19(25.7) | |
| | Very often | 14(34.1) | 37(37.8) | 30(40.5) | |

Number of adults=213.

¹⁾ N (%) : number of adults, the relative % of adults.

²⁾ NS : statistically no significant difference at *p*<0.05 by χ^2 -test.

³⁾ Significant at *p*<0.05 by χ^2 -test.

과, 슈퍼마켓을 가장 많이 이용하였으며, 그 다음으로 시장이라고 보고하였다. 또한 선행 연구(Jung & Ahn 2002)에서는 과거에는 시장을 많이 이용하였으나, 현대에 들어 슈퍼마켓

이나 대형마트를 이용하는 경향이 늘고 있으며, 도시지역일수록 슈퍼마켓이나 대형마트를, 농촌지역일수록 시장을 더 많이 이용한다고 보고하였다. 세 군 모두 만들어진 음식을

사기보다는 직접 집에서 음식을 만든다는 비율이 73.2~82.4%로 조사되었으나, 39세 이하의 주부들의 경우는 <가끔> 또는 <그렇지 않다>고 답한 비율이 26.8%나 되었다($p<0.05$). 서울 및 경기 지역의 주부들을 대상으로 한 Han & Ahn(1998)에서는 주부들이 가공식품보다는 무공해 및 자연 식품의 구입이 높았다고 보고하였으며, 이는 건강에 관심이 높아지면서 나타나는 행태라고 보고하였다. 조리하고 남은 음식을 버리지 않고 다음 식사 때 다시 먹는다는 비율은 다른 두 군에 비해 40~49세 사이의 주부가 77.6%라고 가장 높게 답하였으며($p<0.05$), 50세 이상의 주부 40.5%는 음식물 쓰레기를 줄이기 위해 되도록 쓰레기가 적은 식품을 구입한다고 답하였다.

따라서 39세 이하의 주부들의 경우는 시간과 노력을 아끼기 위해 시장보다는 대형마트를 이용하는 경우가 많았고, 조리된 식품을 사서 먹는 경우가 다른 군에 비해 높은 반면에, 50세 이상의 주부의 경우 가족들에게 균형 잡힌 영양 식단을 제공하거나 영양소 파괴가 적은 조리법의 선택 및 대체식품을 이용하는 경우가 많았다. 또한 50세 이상의 주부들의 경우 음식물 쓰레기가 적은 식품을 고르는데도 많은 노력을 기울이는 것으로 조사되었다.

3. 식품 구매 시 고려할 사항

주부들의 식품 구매 시 고려할 사항에 대한 문항은 Table 3에 제시하였다. 먼저 음식을 선택할 때 가장 중요시 여기는 사항으로 39세 이하의 주부들은 음식의 양이나 맛보다는 73.2%가 음식의 영양소라고 답하였으며, 40~49세 사이의 주부와 50세 이상의 주부들은 각각 74.5%와 51.4%가 음식의 맛이라고 답하였다($p<0.05$). 그 순서를 연령별로 살펴보면, 39세 이하의 주부들은 영양소, 소화력, 가격 순이었으며, 40~49세 사이의 주부들은 맛, 영양소, 소화력 순으로, 그리고 50세 이상의 주부들의 경우 맛, 영양소, 가격 순으로 답하였다. Jung & Ahn(2002)에서는 주부들이 식품을 구매 시 가장 고려하는 요인으로는 재료의 신선도, 가격, 영양, 그리고 맛 순으로 조사하였으며, 전업주부인 경우 가격과 영양을 더 고려하는 것으로 보고하였다. 또한 Park YS(1996)에서는 식품 구입 시 주부들이 고려하는 사항으로는 기호성과 안전성이라고 보고하였다. Han & Ahn(1998)에서는 서울 및 경기지역 주부들이 식품구매 시 고려사항으로 맛을 가장 중요시 하였고, 그 다음으로 가격, 영양이라고 보고하였으며, 특히 가공식품의 경우 제조일자를 확인하는 주부의 비율이 높다고 보고하였다. Kwak *et al*(1993)에서는 가공식품 선택 시 맛, 영양, 가격 순이라고 보고하였다.

식품 구매 시 중점을 두어 확인하는 항목을 보면, 트랜스 지방의 함량 확인하는 경우는 39세 이하 주부의 12.2%, 40~

49세 사이 주부의 21.4%, 50세 이상의 주부 18.9%에 불과하였다. 식품의 영양소(칼로리 등) 함량은 세 그룹의 주부들 모두 41.8~48.8%가 확인하는 것으로 조사되었으며, 유전자재조합 식품의 확인은 14.9~29.3%의 주부들이 신경을 쓰고 있었다. 세 그룹의 주부들이 식품 구매 시 가장 신경 쓰는 부분은 식품의 제조연월일과 식품의 가격으로 조사되었다. 식품의 제조연월일은 39세 이하 주부의 65.9%, 40~49세 사이의 주부의 79.6% 및 50세 이상의 주부의 71.6%가 확인을 하였으며, 식품의 가격은 39세 이하 주부의 34.1%, 40~49세 사이의 주부의 54.1% 및 50세 이상의 주부의 51.4%가 신경을 쓰는 것으로 조사되었다($p<0.05$). 연령대별 식품 구매 시 중점을 두어 확인하는 항목을 보면, 39세 이하 주부들은 제조연월일, 식품의 영양소(칼로리 등) 함량, 그리고 식품의 가격 순으로 조사되었으며, 40~49세 사이의 주부와 50세 이상의 주부들은 제조연월일, 식품의 가격, 그리고 식품의 영양소(칼로리 등) 함량 순으로 조사되었다. Park YS(1996)에서도 대구지역의 주부들이 식품 구입 시 식품의 표시사항에 대해 95.5%가 확인한다고 보고하였으며, Jung & Ahn(2002)에서는 전남 여수시에 거주하는 주부들의 82%가 식품 구입 시 식품의 표시사항을 확인 한다고 보고하였으며, 특히 연령이 낮을수록, 학력이 높을수록 식품 구매 시 상표를 확인하는 경향이 높다고 지적하였다. Yoon *et al*(1998)에서도 가공식품 구입 시 91.5%의 소비자들이 제조연월일을 확인하고 있으며, 과거에 비해 가공식품의 소비가 늘었다고 보고하였다. Han & Lee(1991)에서는 주부들이 가공식품 구매 시 제조일자, 포장상태, 유통기한 순으로 확인한다고 보고하였으며, 경기도 일부 지역에 거주하는 주부들을 대상으로 한 Ahn SJ(1989)에서 가공식품을 선택할 때 제조일자(43%), 상표(24%), 구입경험(21.2%) 순에 따라 가공식품을 선택한다고 보고하였다.

자녀가 좋아하는 소시지, 햄 등의 가공식품을 따로 준비하는 경우는 세 그룹 주부들 모두 55.4~63.4%가 <가끔>이라고 답하였으며, 50세 이상의 주부들의 경우 40.5%는 전혀 구입을 하지 않는 것으로 조사되었다. 준비하는 가공식품의 종류를 보면, 연령대에 관계없이 세 그룹 주부들 모두 햄, 통조림(참치캔, 콩치캔, 장조림캔 등), 그리고 소시지 순으로 집에 구비해 놓는 것으로 조사되었다. Han & Ahn(1998)에서는 사용되는 빈도가 가장 높은 가공식품으로 우유 및 유제품이 40.2%로 가장 높았고, 그 다음으로 통조림류, 육가공품(햄, 소시지, 베이컨), 어묵류 순이라고 보고하였으며, 햄의 경우 1주일에 1회 이상 사용하는 비율이 22.5%라고 하였다. 선행 연구(Park YS 1994)에서 보면, 가공식품의 구매는 가계수입이 높고, 주부의 교육수준이 높고, 주부의 연령이 낮을수록, 그리고 도시지역일수록 구입정도가 높다고 보고하였으며, 30~50세 주부들이 다른 연령대의 주부들에 비해 햄과 소시

Table 3. Priority order in food selection and confirming items in purchase of processed foods

| | | ≤39 years (n=41) | 40~49 years (n=98) | ≥50 years (n=74) | Significance | |
|---|--------------------------------|------------------|-----------------------|------------------|--------------|------------------|
| Priority order in food selection | Quantity | - | 2(2.0) ¹⁾ | 2(2.7) | | |
| | Taste | - | 73(74.5) | 38(51.4) | | |
| | Nutrient | 30(73.2) | 18(18.4) | 23(31.1) | $p<0.05^2)$ | |
| | Digestion | 10(24.4) | 3(3.1) | 5(6.8) | | |
| | Price | 1(2.4) | 2(2.0) | 6(8.1) | | |
| Item to confirm in food purchase | Trans fat | Yes | 5(12.2) | 21(21.4) | 14(18.9) | NS ³⁾ |
| | | No | 36(87.8) | 77(78.6) | 60(81.1) | |
| | Nutrients (calorie) | Yes | 20(48.8) | 41(41.8) | 36(48.6) | NS |
| | | No | 21(51.2) | 57(58.2) | 38(51.4) | |
| | Genetically modified foods | Yes | 12(29.3) | 15(15.3) | 11(14.9) | NS |
| | | No | 29(70.7) | 83(84.7) | 63(85.1) | |
| | Check the expiration date | Yes | 27(65.9) | 78(79.6) | 53(71.6) | NS |
| | | No | 14(34.1) | 20(20.4) | 21(28.4) | |
| | Price of food | Yes | 14(34.1) | 53(54.1) | 38(51.4) | $p<0.05$ |
| | | No | 27(65.9) | 45(45.9) | 36(48.6) | |
| How often do you prepare your favorite processed foods? | Seldom | 12(29.3) | 30(30.6) | 30(40.5) | NS | |
| | Sometimes | 26(63.4) | 62(63.3) | 41(55.4) | | |
| | Very often | 3(7.3) | 6(6.1) | 3(4.1) | | |
| Kinds of processed foods you prepared | Sausages | Yes | 10(34.5) | 22(32.4) | 14(31.8) | NS |
| | | No | 19(65.5) | 46(67.6) | 30(68.2) | |
| | Ham | Yes | 23(79.3) | 52(76.5) | 36(81.8) | NS |
| | | No | 6(20.7) | 16(23.5) | 8(18.2) | |
| | Cans (a can of tuna fish etc.) | Yes | 16(55.2) | 46(67.6) | 28(63.6) | NS |
| | | No | 13(44.8) | 22(32.4) | 16(36.4) | |
| | Instant food (spaghetti etc.) | Yes | 6(20.7) | 14(20.6) | 8(18.2) | NS |
| | | No | 23(79.3) | 54(79.4) | 36(81.8) | |

Number of adults = 213.

¹⁾ N(%) : number of adults, the relative % of adults.

²⁾ Significant at $p<0.05$ by χ^2 -test.

³⁾ NS : statistically no significant difference at $p<0.05$ by χ^2 -test.

지 같은 가공식품의 구매가 높다고 보고하였다. 가공식품은 운반과 저장이 간편하고 먹기 쉽고, 조리 시간의 절약 및 영양소의 보강 등의 편리성으로 인하여 최근에는 반조리 식품에서 조리식품까지 판매되고 있어 소비가 증가되고 있는 추세이며(Han & Ahn 1998), 가공식품에 사용되는 첨가물의 안전성이나 위생성은 우리의 건강과 직결되는 만큼 좀 더 신중

하게 고려되어야 할 것으로 사료된다.

4. 식품군별 선호하는 식품의 비교

주부들이 선호하는 식품을 식품군별로 정리하여 조사한 사항은 Table 4에 제시하였다. 대표적인 탄수화물 식품으로는 잡곡과 현미를 제시하였으며, 세 군 간에 유의한 차이는

보이지 않았으나, 연령대가 높을수록 잡곡(39세 이하 주부 56.1%, 40~49세 사이 주부의 64.3% 및 50세 이상의 주부 66.2%)이나 현미(39세 이하 주부 36.6%, 40~49세 사이 주부의 42.9% 및 50세 이상의 주부 50.0%)를 선호하는 비율이 높은 경향을 보였다. 1988년 수도권과 농어촌 주부들을 대상으로 한 Han *et al*(1988)에서는 주부들이 가장 선호하는 주식

으로는 쌀밥이었으며, 부식으로는 육류 종류와 김치류라고 보고하였다. 본 연구의 결과와 Han *et al* (1988)의 결과를 비교해 보면, 과거에 비해 쌀밥보다는 잡곡이나 현미의 섭취가 뚜렷하게 증가한 것으로 보인다. 이는 잡곡이나 현미의 섭취가 각종 성인병을 예방하고, 건강상 유익하다는 많은 연구 (Kim & Won 1984, Han *et al* 1988, Joung HS 1996)들을 근

Table 4. Consumption of carbohydrate, protein, vitamin, mineral, and instant food by housewives

| | | ≤39 years (n=41) | 40~49 years (n=98) | ≥50 years (n=74) | Significance | |
|---------------------------|--------------|------------------|------------------------|------------------|----------------|------------------------------|
| Carbo- hydrate | Cereals | Very often | 23(56.1) ¹⁾ | 63(64.3) | 49(66.2) | NS ²⁾ |
| | | Sometimes | 14(34.1) | 29(29.6) | 23(31.1) | |
| | | Almost never | 4(9.8) | 6(6.1) | 2(2.7) | |
| | Brown rice | Very often | 15(36.6) | 42(42.9) | 37(50.0) | NS |
| | | Sometimes | 16(39.0) | 33(33.7) | 25(33.8) | |
| | | Almost never | 10(24.4) | 23(23.5) | 12(16.2) | |
| Milk | Very often | 13(31.7) | 20(20.4) | 11(14.9) | NS | |
| | Sometimes | 14(34.1) | 32(32.7) | 30(40.5) | | |
| | Almost never | 14(34.1) | 46(46.9) | 33(44.6) | | |
| Protein | Soybean | Very often | 6(14.6) | 30(30.6) | 29(39.2) | <i>p</i> <0.05 ³⁾ |
| | | Sometimes | 30(73.2) | 63(64.3) | 39(52.7) | |
| | | Almost never | 5(12.2) | 5(5.1) | 6(8.1) | |
| Meat, fish and egg | Very often | 14(34.1) | 19(19.4) | 16(21.6) | NS | |
| | Sometimes | 23(56.1) | 69(70.4) | 44(59.5) | | |
| | Almost never | 4(9.8) | 10(10.2) | 14(18.9) | | |
| Vitamin and mineral | Fruits | Very often | 19(46.3) | 42(42.9) | 37(50.0) | NS |
| | | Sometimes | 15(36.6) | 41(41.8) | 26(35.1) | |
| | | Almost never | 7(17.1) | 15(15.3) | 11(14.9) | |
| Vegetables | Very often | 10(24.4) | 45(45.9) | 34(45.9) | <i>p</i> <0.05 | |
| | Sometimes | 30(73.2) | 49(50.0) | 34(45.9) | | |
| | Almost never | 1(2.4) | 4(4.1) | 6(8.1) | | |
| Instant food | Fried food | Yes | 16(39.0) | 32(32.7) | 23(31.1) | NS |
| | | No | 25(60.9) | 66(67.3) | 51(68.9) | |
| | Fast food | Very often | 24(58.6) | 28(28.6) | 20(27.1) | <i>p</i> <0.05 |
| | | Sometimes | 16(39.0) | 48(49.0) | 33(44.6) | |
| | | Almost never | 1(2.4) | 22(22.4) | 21(28.4) | |

Number of adults=213.

¹⁾ N(%) : number of adults, the relative % of adults.

²⁾ NS : statistically no significant difference at *p*<0.05 by χ^2 -test.

³⁾ Significant at *p*<0.05 by χ^2 -test.

거로 하여 선호도가 증가된 것으로 사료된다. 단백질에는 우유, 콩류 및 육류·생선·달걀을 선택하여 제시하였으며, 우유의 선호도는 39세 이하 주부 31.7%, 40~49세 사이 주부의 20.4% 및 50세 이상의 주부 14.9%로 조사되었다. 또한 콩류의 경우 50세 이상의 주부의 39.2%가 선호하는 단백질 식품으로 조사되었으며, 39세 이하 주부의 경우 14.6%만이 선호하는 것으로 조사되었다($p<0.05$). 육류·생선·달걀의 경우 연령대가 낮은 39세 이하 주부의 34.1%가 선호하는 것으로 조사되었다. 비타민과 무기질에는 과일과 채소를 선택하였으며, 과일의 경우 39세 이하 주부 46.3%, 40~49세 사이 주부의 42.9% 및 50세 이상의 주부 50.0%가 선호하는 것으로 조사되었다. 채소의 선호도는 40~49세 사이 주부와 50세 이상의 주부에서 각각 45.9%와 45.9%로 39세 이하의 주부(24.4%)에 비해 유의하게 높게 조사되었다($p<0.05$). 인스턴트 식품에는 튀김식품과 패스트푸드를 제시하였으며, 패스트푸드의 경우 39세 이하의 주부가 58.6%로 선호도가 가장 높았으며, 그 다음으로 40~49세 사이 주부의 28.6%, 그리고 50세 이상의 주부 27.1% 순으로 조사되었다($p<0.05$). 또한 50세 이상의 주부의 경우 28.4%는 패스트푸드를 선호하지 않는 것으로 조사되었다.

낮은 연령대의 주부(39세 이하의 주부)들은 우유나 육류·생선·달걀 및 패스트푸드의 선호도가 높은 반면에, 50세 이상의 주부들은 잡곡과 현미, 콩류 및 채소류의 선호도가 높은 것으로 조사되었다.

5. 주부들의 식생활 평가

주부들의 식생활 평가는 연령별로 Table 5에 제시하였다. 우유 및 유제품을 매일 섭취한다는 항목에 대해 자주 그렇다고 답한 비율은 39세 이하 주부의 31.7%, 40~49세 사이 주부의 22.4% 및 50세 이상의 주부 24.3%로 조사되었다. 육류·생선·달걀·콩 등의 단백질 식품을 매일 섭취하는 비율은 39세 이하 주부의 43.9%, 40~49세 사이 주부의 35.7% 및 50세 이상의 주부 40.5%로 조사되었으며, 59세 이상 주부의 경우 단백질 식품을 매일 섭취하지 않는 비율이 17.6%나 되었다($p<0.05$). 튀김이나 기름에 볶는 요리를 주 2회 이상 먹는 비율은 39세 이하 주부가 39.0%로 다른 두 그룹의 주부들에 비해 높게 섭취하는 것으로 조사되었으며, 50세 이상 주부의 경우 튀김이나 기름에 볶는 요리를 주 2회 이상 섭취하지 않는 비율이 41.9%나 되는 것으로 조사되었다($p<0.05$). 매일 세끼를 규칙적으로 하는 비율은 50세 이상 주부의 50.0%로 가장 높게 조사되었으며, 그 다음으로 40~49세 사이 주부의 40.8%, 39세 이하 주부의 36.6% 순으로 조사되었다($p<0.05$). 또한 39세 이하 주부의 경우 매일 세끼를 규칙적으로 하지 않는 비율이 36.6%나 되었다. 아이스크림·케이크·과자류·탄산음료와 같은 간식을 주 2회 이상 섭취하는 비율은 39세

이하 주부의 24.4%로 가장 높게 조사되었으며, 50세 이상 주부의 경우는 73.0%가 좀처럼 섭취하지 않는다고 답하였다($p<0.05$).

따라서 39세 이하 주부들은 육류·생선·달걀·콩 등의 단백질 식품의 섭취와 튀김 요리 및 간식의 섭취 비율이 높은 반면에, 50세 이상의 주부들의 경우는 튀김이나 기름에 볶는 요리를 섭취 비율이 낮았으며, 매일 세끼 식사를 규칙적으로 하는 비율이 높았다.

요약 및 결론

본 연구는 서울특별시와 경기도 일부 지역에 거주하는 주부 213명을 연령에 따라 세 그룹(39세 이하 주부 41명, 40~49세 주부 98명, 50세 이상 주부 74명)으로 구분하여 영양태도, 식품구매 및 식생활 평가에 어떠한 차이가 있는지 비교·조사하였다.

1. 연령대별 직업의 종류를 보면, 39세 이하의 주부들의 경우 전문직 종사자가 51.2%, 40~49세 사이의 주부들의 경우 영업 종사자가 25.5% 및 50세 이상의 주부들의 경우는 직업이 없는 주부(무직)가 43.2%로 가장 많은 비율을 차지하였다. 연령대가 낮은 주부일수록 전문직 종사자가 많은 반면에, 나이가 많은 주부일수록 무직이거나 단순근로에 종사하는 비율이 높았다($p<0.05$). 가계의 월 평균 수입은 세 그룹 모두 300~500만 원이 가장 많은 비율을 차지하였으며, 한 달에 사용되는 식비는 세 그룹 모두 20~50만 원이 가장 많은 비율을 차지하였다. 가족 구조의 형태는 세 그룹 모두 핵가족 형태가 80% 이상을 차지하였으며, 39세 이하의 주부의 경우 직장 및 사회활동을 하는 경우 아기를 돌보고 가정의 살림을 맡아 주기 위해 부모님과 같이 사는 경우가 19.5%로 조사되었다.

2. 50세 이상의 주부의 경우 가족들에게 ‘매끼 식사에서 균형이 잡힌 영양 식단을 제공’하거나 ‘음식을 만들 때 되도록 영양소 파괴가 적은 조리 방법을 이용’하는 비율이 높았으며, 대체식품의 이용 및 식품을 보다 저렴하게 구입하기 위해 여러 곳을 돌아다닌 후 구매한다고 답한 비율이 높았다. 또한 음식물 쓰레기를 줄이기 위해 되도록 쓰레기 가 적은 식품을 구입하는 경우가 많았다. 39세 이하의 주부들의 경우는 시간과 노력을 아끼기 위해 대형마트를 이용하는 경우가 많았으며, 조리된 식품을 사서 먹는 경우도 다른 군에 비해 높았다.

3. 음식을 선택할 때 가장 중요시 여기는 사항으로 39세 이하의 주부들은 음식의 영양소라고 답하였으며, 40~49세 사이의 주부와 50세 이상의 주부들은 각각 74.5%와 51.4%가 음식의 맛이라고 답하였다($p<0.05$).

4. 연령대별 식품 구매 시 중점을 두어 확인하는 항목을

Table 5. Mini dietary assessment by healthy eating index in housewives

| | | ≤39 years (n=41) | 40~49 years (n=98) | ≥50 years (n=74) | Significance |
|--|------------|------------------------|--------------------|------------------|------------------------------|
| Milk & its products, daily | Very often | 13(31.7) ¹⁾ | 22(22.4) | 18(24.3) | NS ²⁾ |
| | Sometimes | 20(48.8) | 42(42.9) | 33(44.6) | |
| | Seldom | 8(19.5) | 34(34.7) | 23(31.1) | |
| Meat, fish, egg, soybean etc, every meal | Very often | 18(43.9) | 35(35.7) | 30(40.5) | <i>p</i> <0.05 ³⁾ |
| | Sometimes | 17(41.5) | 57(58.2) | 31(41.9) | |
| | Seldom | 6(14.6) | 6(6.1) | 13(17.6) | |
| Kimchi, vegetables, every meal | Very often | 18(43.9) | 46(46.9) | 35(47.3) | NS |
| | Sometimes | 20(48.8) | 41(41.8) | 35(47.3) | |
| | Seldom | 3(7.3) | 11(11.2) | 4(5.4) | |
| Fruits & other juices, daily | Very often | 20(48.8) | 38(38.8) | 39(52.7) | NS |
| | Sometimes | 13(31.7) | 44(44.9) | 24(32.4) | |
| | Seldom | 8(19.5) | 16(16.3) | 11(14.9) | |
| Fried foods, more than 2 times per week | Very often | 16(39.0) | 19(19.4) | 9(12.2) | <i>p</i> <0.05 |
| | Sometimes | 16(39.0) | 43(43.9) | 34(45.9) | |
| | Seldom | 9(22.0) | 36(36.7) | 31(41.9) | |
| High fat meat, more than 2 times per week | Very often | 5(12.2) | 7(7.1) | 7(9.5) | NS |
| | Sometimes | 22(53.7) | 34(34.7) | 26(35.1) | |
| | Seldom | 14(34.1) | 57(58.2) | 41(55.4) | |
| Add more salt or soy source at meals | Very often | 1(2.4) | 10(10.2) | 5(6.8) | NS |
| | Sometimes | 14(34.1) | 34(34.2) | 30(40.5) | |
| | Seldom | 26(63.4) | 54(55.1) | 39(52.7) | |
| 3 meals a day, regularly | Very often | 15(36.6) | 40(40.8) | 37(50.0) | <i>p</i> <0.05 |
| | Sometimes | 11(26.8) | 36(36.7) | 29(39.2) | |
| | Seldom | 15(36.6) | 22(22.4) | 8(10.8) | |
| Ice cream, cake, cookies, carbonated drinks as snack, more than 2 times per week | Very often | 10(24.4) | 10(10.2) | 4(5.4) | <i>p</i> <0.05 |
| | Sometimes | 15(36.6) | 23(23.5) | 16(21.6) | |
| | Seldom | 16(39.0) | 65(66.3) | 54(73.0) | |
| Variety of food (balanced diet) | Very often | 15(36.6) | 58(59.2) | 39(52.7) | NS |
| | Sometimes | 21(51.2) | 31(31.6) | 30(40.5) | |
| | Seldom | 5(12.2) | 9(9.2) | 5(6.8) | |

Number of adults = 213.

¹⁾ N(%) : number of adults, the relative % of adults.

²⁾ NS : statistically no significant difference at *p*<0.05 by χ^2 -test.

³⁾ Significant at *p*<0.05 by χ^2 -test.

보면, 39세 이하 주부들은 제조연월일, 식품의 영양소(칼로리 등) 함량, 그리고 식품의 가격 순으로 조사되었으며, 40~49세 사이의 주부와 50세 이상의 주부들은 제조연월일, 식품의

가격, 그리고 식품의 영양소(칼로리 등) 함량 순으로 조사되었다.

5. 연령대가 높을수록 잡곡이나 현미의 섭취하는 비율과

과일의 선호도가 높은 반면에, 연령대(39세 이하 주부)가 낮을수록 육류·생선·달걀 및 패스트푸드의 선호도가 높았다.

6. 식생활 평가를 보면, 39세 이하 주부들의 경우 육류·생선·달걀·콩 등의 단백질 식품을 매일 섭취하는 비율, 튀김이나 기름에 볶는 요리를 주 2회 이상 먹는 비율 및 아이스크림·케이크·과자류·탄산음료와 같은 간식을 주 2회 이상 섭취하는 비율이 높았다. 그러나 50세 이상의 주부들의 경우는 튀김이나 기름에 볶는 요리를 선호하지 않는 것으로 조사되었으며, 매일 세끼 식사를 규칙적으로 하는 비율이 높았다.

본 연구의 결과를 보면, 39세 이하의 주부들은 직장 및 사회활동을 하는 비율이 높았으며, 그로 인해 부모님께서 살림과 아기를 돌보아 주는 경우가 많았다. 50세 이상의 주부들은 전업주부인 비율이 높았으며, 가족을 위해 식단을 제공하거나 대체식품 이용 및 가족의 건강을 위해 많이 신경을 쓰고 있었다. 또한 연령대가 높을수록 잡곡이나 현미의 섭취하는 비율과 과일의 선호도가 높은 반면에, 연령대(39세 이하 주부)가 낮을수록 육류·생선·달걀, 튀김음식 및 패스트푸드의 선호도가 높았는데, 이는 실제 식생활 평가에서도 같은 결과를 보였다.

따라서 연령대가 낮은 젊은 주부들은 인스턴트나 패스트푸드 등의 가공식품을 이용하는 비율을 줄이고, 다양한 조리법을 습득하여 가족의 건강을 위한 노력이 필요할 것으로 사료된다. 또한 직장에서의 영양교육 필요성을 인식하여야 하며, 다양한 도구 및 인터넷 등의 매체들을 통해 실질적인 실생활에 이용될 수 있는 영양 프로그램을 만들어 활용하는 것도 중요할 것으로 사료된다.

감사의 글

이 논문은 삼육대학교 학술연구비 지원에 의하여 씌어진 것입니다.

문헌

- Ahn SJ (1989) A study on images and consumption about instant food of homemakers in Kyungki-do area. *Korean J Soc Food Sci* 5: 75-90.
- Artazcoz L, Borrell C, Benach J, Cortes I, Rohlfs I (2004) Women, family demands and health: the importance of employment status and socio-economic position. *Soc Sci Med* 59: 263-274.
- Axelsson ML (1986) The impact of culture on food related behavior. *Annu Rev Nutr* 6: 345-363.
- Bellante D, Foster AC (1984) Working wives and expenditure on services. *J Consumer Research* 11: 700-707.
- Choi JH, Chung YJ (2006) Evaluation of diet quality according to food consumption between highly educated, married, employed and unemployed women. *Korean J Nutr* 39: 274-285.
- Choi JH, Lee TY, Chung YJ (2002) Factors influencing a health-promoting lifestyle among highly educated, married, employed and unemployed women. *Korean J Nutr* 35: 1089-1103.
- Dowler E (2001) Inequalities in diet and physical activity in Europe. *Publ Health Nutr* 4: 701-709.
- Dynesen AW, Haraldsdottir J, Holm L, Astrup A (2003) Socio-demographic differences in dietary habits described by food frequency questions-results from Denmark. *Eur J Clin Nutr* 57: 1586-1597.
- Eppright ES, Fox HM, Fryer BA, Lamkin GH, Vivian VM (1970) Nutrition knowledge and attitudes of mothers. *J Home Ec* 62: 327-332.
- Han MK, Chang HK, Hong YP, Lee SD (1988) Survey on the favorite food of housewives lived in the metropolitan area and rural area. *J Korean Soc Food Nutr* 17: 95-102.
- Han MY, Ahn MS (1998) A study on the purchase action of processed foods and the recognition for food additives of urban housewives. *Korean J Dietary Culture* 13: 119-126.
- Han WK, Lee GJ (1991) A study on the consumer recognition of food safety and food additives. *Korean J Soc Food Sci* 7: 24-34.
- Hulshof KFMA, Lowik MRH, Kok FJ, Wedel M, Brants HAM, Hermus RJJ, ten Hoor F (1991) Diet and other lifestyle factors in high and low socio-economic group (Dutch Nutrition Surveillance System). *Eur J Clin Nutr* 45: 441-450.
- Hyun TS, Kim WS (1997) A study on the perception and consumption of imported and organic produce of urban housewives. *Korean J Comm Nutr* 2: 74-85.
- Jang MS, Hwang JH (1984) Research on the status of the meal management and nutritional knowledge of the housewives living in Yong-dong area. *J Korean Soc Food Nutr* 13: 389-396.
- Joung HS (1996) Quality characteristics of backsulgi added with job's tears and brown rice. *J East Asian Soc Dietary Life* 6: 177-186.
- Jung BM, Ahn CB (2002) A study on the interest in menu and food purchase of some homemakers in Yosu, Chonnam area. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 31: 703-712.
- Kim MK, Won EJ (1984) Effects of feeding polished or

- brown rice diet with different kinds of lipids on the lipid metabolism in rats. *Korean J Nutr* 17: 154-162.
- Kim MR (1984) A study on the status of the employed and housewives' meal management in Daejeon city. *J Korean Soc Food Nutr* 13: 107-116.
- Kim WY, Cho MS, Lee HS (2003) Development and validation of mini dietary assessment index for Koreans. *Korean J Nutr* 36: 83-92.
- Kwak TK, Lee KA, Lyu ES (1993) Consumer demands for prepared frozen or refrigerated foods and industry's response to consumer demands. *Korean J Soc Food Sci* 9: 230-238.
- Kwon CS, Jang HS (1994) A study on the nutritional knowledge, food habits, food preferences and nutrient intakes of rural housewives. *J East Asian Soc Dietary Life* 4: 31-40.
- Lee JH (2001) A survey on the status of the meal management behaviors of housewives living in the apartment of Jinju. *Korean J Comm Nutr* 6: 755-764.
- Lee KJ (1991) A survey on the status of the homemakers' meal management in Jeonbuk area. *Korean J Dietary Culture* 6: 403-411.
- Lee KJ (1995) A study on recognition and consumption about instant food of homemakers in Incheon. *J East Asian Soc Dietary Life* 5: 299-307.
- Oh YZ, Hwang IJ, Woo SJ (1987) Nutrient intake of rural housewives Yeosu area. *Korean J Nutr* 20: 301-308.
- Osler M (1993) Social class and health behaviour in Danish adults: A longitudinal study. *Public Health* 107: 251-260.
- Park YS (1994) A study on image and consumption about instant food of homemakers in Ullungdo, Hansando, and Daegu. *J East Asian Soc Dietary Life* 4: 37-47.
- Park YS (1996) A study on the consumer recognition on the food label of food package in Taegu area. *J East Asian Soc Dietary Life* 6: 335-344.
- Park YS (2001) Food management pattern and perception of housewives in Yuanbean area. *J East Asian Soc Dietary Life* 11: 430-445.
- Prattala R, Karisto A, Berg M (1994) Consistency and variation in unhealthy behaviour among Finnish men 1982-1990. *Soc Sci Med* 39: 115-122.
- Shin KO, Yoon JA, Lee JS, Chung KH (2010) A comparative study of the dietary assessment and knowledge of (full-time) housewives and working (job-holding) housewives. *J East Asian Soc Dietary Life* 20: 1-10.
- Shin KO, Yoon JA, Lee JS, Chung KH, Choi SN (2010) A comparison study on interest of dietary life behavior, nutrient intake and health between full-time and working housewives. *Korean J Food Culture* 25: 285-295.
- Sim YJ, Kim JS, Backstrand JR (1999) Food life of Korean American housewives in the New York/New Jersey area. *Korean J Nutr* 32: 101-109.
- Sorensen G, Verbrugge LM (1987) Women, work, and health. *Annu Rev Public Health* 8: 235-251.
- Yoo YS (1980) A study on the survey of the meal management. *J Korean Home Economics* 18: 53-67.
- Yoo YS, Noh JM (1995) A survey study on the meal management of housewives in Seoul. *J East Asian Soc Dietary Life* 5: 263-286.
- Yoon JS, Moon KD, Lee HC (1998) A study on the consumer perception of housewives living in Taegu area for farm products and processed foods. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 27: 543-552.

접 수: 2011년 11월 2일
 최종수정: 2012년 4월 16일
 채 택: 2012년 4월 26일