

배달 도시락 수혜노인의 '도시락 밥'에 대한 질적 연구*

서선희^{1§} · 유은주² · 김옥연¹

이화여자대학교 식품영양학과,¹ 이화여자대학교 건강과학융합연구소²

Qualitative study on home delivery meal services for the elderly*

Seo, Sunhee^{1§} · Yu, Eunju² · Kim, Og Yeon¹

¹Department of Nutritional Science and Food Management, Ewha Womans University, Seoul 120-750, Korea

²Combination Research Center for Health Science, Ewha Womans University, Seoul 120-750, Korea

ABSTRACT

As the importance of elderly's dietary life have increased, low-income elderly's meal should be taken care by social policies. Nevertheless, there is a lack of systematic management in home-delivery meal service. This study aims to investigate the elderly's experience on home-delivered meal service, especially identifying the symbolic meaning of home-delivered meal service on elderly's dietary life. Using an in-depth interview, qualitative data was collected from five elderly participants who received home-delivered meals. Data was analyzed based on Colaizzi's 6 steps method, deriving 148 significant statements, 18 formulated meanings, and 5 themes: <decent meals >, <meals for survival >, <less considerate meal >, <loss of eating need >, and <meals of silence >. Elderly participants regarded the home delivered meal as not only a decent meal but also felt appreciated. The home-delivered meals were found to be their only meal all day; thus, they considered these meals as a means of survival. Home-delivered meals are considered as a lack of consideration for the elderly's physical condition, including their tastes, portion size, and cooking method. Also, these elderly seemed to lose their appetite due to aging and it caused the enjoyment of eating. The elderly have kept silence never expressing any opinions regarding the home delivered meals because they were offered for free. The results suggested that the home-delivered meal service should be developed with the multilateral evaluation methods to reflect the elderly's needs to improve the quality of the home-delivered meal service. (J Nutr Health 2013; 46(6): 589 ~ 596)

KEY WORDS: low-income elderly, qualitative approach, home delivery meal service, meals for survival.

서 론

우리나라 65세 이상 노인인구는 매년 급격히 증가하여, 2011년 65세 이상 노인인구가 전체 인구의 11.3%를 차지하여 고령화 사회에 진입했으며, 2026년에는 20.8%로 초고령 사회가 될 것으로 전망되고 있다.¹⁾ 여성의 사회 진출과 핵가족화라는 사회구조의 변화뿐 아니라, 독립적인 삶을 선호하는 노인들의 의식이 결합되면서 노년의 독거는 삶의 보편적 경험이 되는 추세이다. 노인부양에 따른 문제들이 새로운 사회문제로 등장하고 있는 현실에서, 빈곤을 포함하여 노인들의 전반적인 삶의 질 또한 매우 저하되어 있다. 특히 노인들이 겪는 건강문제와 경제적인 어려움이 장보기와 식사준비 등의 일상

적인 문제에 중요한 영향을 미치고 있으며²⁾ 우리나라 노인의 대부분이 영양과 관련된 한 가지 이상의 만성질환을 가지고 있는 것으로 나타났다.³⁾ 더욱이 저소득층 노인 중 배달급식 수혜노인과 복지관 급식서비스 수혜노인의 건강 및 영양섭취상태를 비교한 결과 도시락과 급식 서비스 수혜노인 두 집단 모두 영양소 섭취량이 권장량 보다 낮은 수준이었으나, 특히 도시락 수혜노인의 칼슘, 칼륨, 비타민 A, 비타민 B₁, 비타민 B₂, 비타민 C, 엽산 등의 섭취량이 권장량의 50%에도 미치지 못하는 매우 불량한 영양섭취상태를 가지고 있는 것으로 나타났다. 더불어 배달급식 수혜노인이 복지관 급식서비스 수혜노인보다 뇌졸중, 호흡기질환 및 외로움과 같은 신체적·정신적 건강 비율이 더 높게 나타났으며, 식사 빈도, 과일 및 육류, 어류, 해조류 등의 식품 섭취빈도도 낮은 것으로 나타났다.⁴⁾

Received: Jun 28, 2013 / Revised: Sep 24, 2013 / Accepted: Nov 20, 2013

*This research was supported from the Seoul Community Lab of 'Seoul Creative Lab'.

[§]To whom correspondence should be addressed.

E-mail: seo@ewha.ac.kr

© 2013 The Korean Nutrition Society

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Seo 등⁵⁾에 따르면 노인의 식생활은 신체적, 정신적 건강과 밀접한 관계가 있는 중요한 요소이며, 음식에 대한 만족도는 건강관리와 삶의 질 유지, 정신적 건강에 매우 중요한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이와 유사하게 Vailas 등⁶⁾은 노인급식 프로그램 수혜자들의 영양섭취 부족, 식사의 즐거움 감소, 우울감, 신체 기능의 상실 등이 삶의 질과 영향관계가 있음을 밝혔다. 하지만 노화에 따른 치아손실, 소화력 저하로 인해 충분한 영양소 섭취가 불가능하며,⁷⁾ 독거노인과 저소득층 노인의 경우 경제적 어려움과 더불어 사회적 고립감으로 인한 우울증, 의욕상실, 식욕저하 역시 식생활에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.⁸⁾

고령화의 진전에 따라 노인들의 영양상태 개선 및 식생활에 대한 관리가 필요할 뿐 아니라, 취약계층 노인을 대상으로 한 식생활복지 서비스는 향후 더욱 확대되어야 할 것이다. 보건복지부는 현재 국민기초생활수급권자 노인과 차상위 계층 노인을 비롯한 저소득 독거노인을 대상으로 무료급식 서비스를 제공하고 있다. 이는 경로식당급식과 재가노인을 위한 가정배달 도시락 급식의 두 가지로 분류된다. 경로식당 급식은 노인복지회관, 종합사회복지관, 재가노인복지시설 등 비영리 단체에 의해 위탁·운영되고 있다. 가정배달 도시락 급식은 재가노인복지의 일환으로 건강 및 경제적 어려움으로 식사 준비에 어려움을 겪는 취약계층노인에게 도시락과 밑반찬 등을 제공함으로써 삶의 질을 유지하도록 돕는다.⁹⁾ 취약계층 노인에게 무료 급식은 삶의 질을 유지할 수 있도록 지원할 뿐 아니라, 영양상태 개선 및 주요 영양소 급원이며, 이들의 건강증진에 매우 중요한 역할을 하는 것으로 나타났다. Chae 등¹⁰⁾은 무료급식 서비스를 받는 노인은 그렇지 않은 노인에 비해 영양섭취가 우수하며, 무료급식은 취약계층 노인의 영양섭취 향상에 효과적인 역할을 한다고 보고하였다.

기존에 이루어진 가정배달 도시락 급식 관련 연구는 주로 생산과정에서의 공정관리 및 위생문제와¹¹⁻¹³⁾ 영양관리¹⁴⁻¹⁸⁾ 등의 구조적인 문제와 제공자 측면에 관심을 기울여왔다. 가정배달 도시락 급식을 이용하는 노인들에 대한 연구는 별로 이루어지지 않았으며, 특히 이들의 경험을 반영한 연구는 매우 드문 상황이다. Park 등¹⁹⁾의 연구에서는 수혜자 노인의 서비스에 대한 인식을 조사했지만, 이들이 경험한 배달 도시락 서비스에 대한 심층적인 분석은 이루어지지 못했다.

배달 도시락 서비스의 질적 개선을 위해서는 무엇보다 수혜 노인의 욕구를 심층적으로 파악할 필요가 있다. 따라서 본 연구에서는 배달 도시락 서비스의 질적 제고를 위해서 수혜자의 평가와 욕구가 반영되어야 한다는 점에 착안하여 배달 도시락 서비스 수혜 노인의 경험의 구체성을 포착하고, 이들에게 도시락 서비스가 가지는 실질적, 상징적 의미를 파악

하고자 심층인터뷰를 실시하였다.

연구 방법

연구 참여자 선정

노인 가정배달 급식서비스를 제공하는 서울시 Y 노인복지센터를 방문하여 연구 목적과 내용을 설명하고 협조를 요청하였다. 서울시 Y 노인복지센터에서는 총 29명(남성 6명, 여성 23명)의 지역 노인을 대상으로 도시락 배달 서비스를 수행하고 있었으며, 서비스 수혜자 중 5명이 연구에 참여하였다.

자료 수집

2013년 3월부터 4월 사이에 수혜노인의 집을 방문하여 심층 인터뷰를 실시했다. 인터뷰 질문지는 노인의 식생활실태, 건강상태, 배달 도시락 이용실태 및 인식, 배달 도시락에 대한 개선점 및 건의사항 등의 영역으로 구성하였다. 연구 수행 방법과 심층 인터뷰 질문지는 이화여자대학교의 생명윤리위원회로부터 승인(승인번호 50-1)을 받았다. 심층 인터뷰에 앞서 IRB 지침에 따라, 그리고 연구 수행 과정에서 발생할 수 있는 윤리적 문제를 최소화하기 위해 연구 참여자 노인에게 '피험자 설명서'를 배부한 후 연구 목적과 방법 등을 설명했으며, '피험자동의서'에 서명을 받은 후 인터뷰를 진행했다. '피험자동의서' 한 장은 피험자가, 나머지 한 장은 조사자가 보관하였다. 인터뷰는 질적 연구 전문가가 진행하고 동행한 연구원이 인터뷰 내용을 현장에서 기록하였으며 참여 관찰도 동시에 이루어졌다. 인터뷰가 끝난 후 연구 참여자에게는 소정의 사례품을 전달하였다. 인터뷰 시간은 1시간 30분에서 2시간 정도 소요되었다. 정확한 데이터 수집을 위해 모든 자료는 녹음했으며, 녹취록을 기록하여 문서화했다. 내용의 정확성을 높이기 위해 질문 단계별로 요약하고 확인하는 과정을 거쳤다.

자료 분석

심층인터뷰를 통해 수집된 원자료를 축어록으로 옮긴 후 현상학적 연구방법 중 Colaizzi²⁰⁾가 개발한 방법론을 이용하여 분석하였다. 현상학적 연구방법은 특정 현상을 경험한 사람과의 면접을 통해 얻어낸 자료를 이용하여 하나의 개념이나 현상에 대한 체험의 의미 및 체험의 본질을 분석·기술하는 것이다. 주관적 체험의 본질을 포착하는 현상학적 연구방법은 폴라쥬(Colaizzi), 지오르기(Giorgi), 밴 매넨(Van Manen) 등에 의해 제시되고 있으나 개인의 속성보다 집단이 경험한 공통된 속성이나 구조를 도출하기 위해서는 폴라쥬의 분석방법이 보다 유효할 것으로 판단되어 다음과 같이 폴라쥬의 6단계 분석방법에 따라 진행하였다.^{20,21)}

1단계: 전체적인 느낌(sense)을 얻기 위해 연구 참여자의

경험이 담긴 모든 진술을 읽는다. 연구자는 연구 참여자의 경험에 공감하고자 이들의 진술이 담긴 원자료 (raw data)를 주의 깊게 반복하여 읽었다.

2단계: 연구현상과 직접 관련된 진술, 구, 문장에서 주요 진술 (significant statements)을 추출한다. 주요 진술 가운데 동일하거나 유사한 진술은 삭제한다. 주요 진술은 분석을 위한 원자료가 되었다. 이 연구에서는 143개의 주요 진술이 추출되었다.

3단계: 각각의 주요 진술의 의미를 판독함으로써 의미를 구성 (formulated meanings)한다. 의미의 구성은 애초의 기술 (description)에 존재했던 다양한 맥락 속에 감춰진 의미를 발견하고 끄집어내는 것이다. 이 단계에서 18개의 구성된 의미를 도출하였다.

4단계: 구성된 의미의 종합으로부터 주제군 (cluster of theme)을 구성한다. 이는 연구대상자의 기술에서 공통된 주제를 찾아내는 것이다. 직관과 분석기술을 이용하여 5개의 주제군을 도출해냈다.

5단계: 이 단계에서는 지금까지의 결과를 통합하여 현상에 대한 최종적인 기술 (exhaustive description)을 한다. 지금까지의 범주를 통합하여 취약계층 노인들의 배달도시락 급식 이용경험에 대해 최종적으로 기술하였다.

6단계: 최종적인 타당화 단계이다. 본 연구 결과의 검증은 두 가지 방법을 통하여 시행되었다. 첫 번째는 연구자 자신보다는 제 3의 검토자가 분석적인 편견과 오류가 적을 것이므로 외부 검토자인 해당 시설장, 급식 담당 사회복지사, 영양사들에게 주요 진술에 대한 일치 여부를 확인하였다. 두 번째는 공동 연구자로부터 검토를 받았다. 연구진 1인이 도출한 예비단계의 분석과 임의적 결론을 공동 연구진 2인에게 제공하고 그 결과가 타당한지를 평가하여 연구결과의 일관성을 확인하였다.²²⁻²⁸⁾

결 과

연구 참여자 모두 80세 이상 여성노인으로 평균 연령은 84.8세이다. 초등학교 졸업자가 1명이며 나머지 4명은 무학이다. 뇌졸중, 중풍, 관절염, 당뇨 등 한 개 이상의 중증 및 만성질환을 앓고 있었으며, 5명 중 4명이 의치를 지니고 있었다. 5명

중 3명 (참여자 2, 3, 5번)은 독거였고 2명 (참여자 1, 4번)은 배우자와 동거 중이었다. 독거노인 뿐 아니라 배우자와 동거하는 경우에도 신체적·경제적 제약과 열악한 주거환경 등으로 인해 식사 준비가 불가능한 것으로 관찰되었다. 가정배달 도시락 서비스를 받게 된 기간은 평균 3년이다 (Table 1).

노인들의 가정배달 도시락 급식 이용의 본질적 의미를 분석한 결과, 148개의 주요 진술과 18개의 구성된 의미, 5개의 주제군이 도출되었다 (Table 2).

관찰은 밥

연구 참여자들은 배달도시락을 손수 차려먹는 밥 보다 갖춰진 밥상, 자식보다 고마운 밥으로 인식하고 있었다. 자신들이 평상시 차려먹는 밥과 비교할 때 이 밥은 메뉴와 영양 측면에서 훨씬 잘 갖춰진 밥상이라는 것이다. 밥과 반찬 하나로 겨우 때우는 초라한 식탁을 생각하면 육류 반찬을 포함하여 세 종류의 반찬과 국, 찌개가 따라오는 배달도시락에 대한 이들의 만족감은 당연하다.

이들은 '부모한테 날마다 더운밥 해다 바치는 것은 자식도 못하는 일'이라면서 무료 배달도시락 제도에 대해 고마움을 표현하였다. 노인들은 도시락의 질적인 측면만이 아니라 위생적인 면과 담당자들의 태도에 대해서도 만족감을 표현하였다.

<주요 진술>

국 반찬 3가지 그게 얼마야? 우리야 맨날 김치 한 가지, 일주일에 한번 씩 동태국도 해오고, 골고루 그렇게 먹게 잘 해와, 고깃국 맛을 어디서 봐? 생전 불고기 맛을 우리가 어디서 봐? 섭섭잡게 맛 봐, 식사는 고맙게 잘해와, 딸보다 나아 자식들 보다 ... 날마다 더운밥을 누가 해다 바쳐? 갖다 주니까. (연구 참여자1)

잘하고 친절하고 위생적으로 깨끗하고 ... (연구 참여자4)

생존을 위한 밥

배달도시락은 연구 참여자들에게 생존의 밥으로 인식되고 있었다. 연구 참여자에게 배달도시락은 단지 한 끼가 아니라 하루 중 유일한 밥인 경우가 대부분이었다. 이들은 도시락 한 끼로 굶주림을 해결하며 연명하는 처지였다. 무엇보다 절대적 빈곤에 처해 있으므로 수혜자 노인 대부분이 최소한의

Table 1. Characteristics of home-delivered meal service participants

	Gender	Age (yrs)	Education level	Household structure	Status of health	Status of dental health	Period of welfare services (yrs)
1	Female	84	Elementary school graduate	With spouse	Stroke, Constipation	Dentures	1
2	Female	91	Uneducated	Alone	Stroke, Insomnia	Her own teeth	3
3	Female	85	Uneducated	Alone	Heart surgery	Dentures	5
4	Female	82	Less than elementary school	With spouse	Amputation of a leg	Dentures	3
5	Female	82	Uneducated	Alone	-	Dentures	3

쌀과 찬거리를 마련하는 것조차 힘든 상황이었다. 이들은 배달도시락으로 인해 식비에 더 이상 돈을 쓰지 않게 된 점을 매우 다행스러워했다. 수혜자 대부분이 중풍이나 당뇨 등의 노인성 질환을 앓고 있어 신체 기능이 극도로 저하된 상태였다. 그로 인해 식사를 준비하는 것 자체가 엄청난 부담인 것으로 보였다. 배달도시락이 없다면 꼼짝없이 굶어야 하는 처지라고 볼 수 있다.

위에서 언급한 경제적인 문제와 건강상의 이유로 노인들 대부분은 결식과 절식이 만성화되어 있는 상황이었다. 연구 참여자 4를 제외하고 하루 세끼를 먹는 사람은 없었다. 결식의 이유는 다양한 이유가 복합되었다고 볼 수 있으며, 연구 참여자 1처럼 대소변 조절 장애와 열악한 주거환경으로 인해 화장실 사용이 힘들어서 의도적으로 절식을 하는 경우도 있었다.

〈주요 진술〉

밥 돌이 점심 주는 게 한 달이면 쌀 두말은 얻어, 어떻게 고정적으로 한 달에 얼마씩 저기가 (계획성이)없는 거지, 아침 겸 점심 이거로 한 끼여, 식사준비 부담 해결, 저녁에는 막걸리 반 컵 마시고 그냥 자, 그게 끝이야, 먹으면 오줌 마려워서 내가 뭘 먹고 싶은 걸 못 먹고 살아요, 아무 것도 안 먹어, 화장실을 맘대로 못가고 안먹어, 일부러 배고프게 살아, 먹고 싶으면 막걸리나 한 모금 마시면 끝났어. (연구 참여자 1)

그냥 간장이면 간장, 된장이면 된장. (연구 참여자 2)

관절수술 후 나 밥 갖다 주는 사람이 있으면 ... (연구 참여자 3)

그거 없으면 우리 같은 사람은 못살 것 같아요, 식비 같은 거 쓰는 거 없어요, 쓸 수가 없고, 무료로 먹으니까. (연구 참여자 4)

안 죽으려니깐 (먹는 거야). (연구 참여자 5)

아쉬운 밥

배달도시락에 대한 수혜자의 ‘100% 만족감’은 ‘생존의 밥’이라는 맥락과 관련지어 해석해야 할 것이다. 이들이 조심스럽게 털어 놓는 배달도시락 메뉴, 음식의 맛과 양에 대한 불만사항이 이를 말해준다. 무엇보다 연구 참여자들은 밥과 반찬의 양이 부족하다고 느끼고 있었다. 대부분의 연구 참여자들은 한 끼 몫의 배달도시락을 두 끼, 세 끼로 나눠 먹는 형편이었다. 결식노인의 한 끼를 염두에 두고 마련된 도시락이 연구 참여자들에게는 세 끼로 받아들여지고 있는 것이다. 이런 점을 감안하면 밥과 반찬 양이 적다는 노인들의 반응은 당연한 것이다. 뿐만 아니라 음식의 맛에 대해서도 조미료 맛이 강

하다, 양념이 약해서 싱겁다, 카레나 돈까스 등에 대해서는 노인 입맛에 맞지 않는, ‘애들 먹는 것’이라는 반응이 나왔다. 특히, 튀김류와 같이 질감이 단단한 반찬이 배달될 경우 망치로 쪼개어 먹거나, 다시 푹푹 끓여서 먹는다고 말한다. 저작 기능이 떨어지고, 미각이 둔화된 노인들 입맛과 치아 상태를 충분히 고려하지 않아서 아쉽다는 것이다.

〈주요 진술〉

애들이 먹는 반찬 같아, 들쭉지근하고 싱겁게 해와, 칼칼하지가 못해, 찬이 아주 비위에 안 맞게 해와, 미원을 그렇게 쳐넣어, 양념이 제대로 들어가야 반찬이 맛있지, 질겨, (딱딱해서 씹기 힘든 것) 혹은 가다 있는 거야, 없는 게 아니야, 정 씹다 못 씹으면 뵈고 그러지, 이거 젊은 사람 입에 맞게 슬쩍해서 가져오면 장 풀어서 다시 푹 끓여서 ... (연구 참여자 1)

그냥 간간한 맛으로 ... (연구 참여자 2)

양은 많이 줄 수가 있나? 뭐 맛이 다 그렇지, 한국사람 먹는 게 다 거기서 거기지 ... (연구 참여자 3)

조금 적어요, 반찬도 적다고 봐야지요, 두 번 먹기에는 ... 도시락도 한 끼 밖에 안돼요, 반찬은 소홀해요, 하이고 옛날 같으면 거들떠도 안본 음식들인데 ... 그런데 고맙게 받지요, 그냥, 그래요, 잘한다고 할 수는 없지요, 맛을 모르니까 먹지, 못 깨물어 먹으니깐 수저로 떠먹으려고 조아서 (뿌서서) 갖다 달라고 ...반찬이 오면 가위로 썰어야 해요. (연구 참여자 5)

맛 잃음-아득한 맛의 기억

연구 참여자들은 노화로 인해 미각이 둔화되면서 맛을 제대로 감지하지 못하고 있었다. 연구 참여자 5명 중 4명이 틀니를 착용하고 있어 섭식에 상당한 어려움을 겪고 있음을 예상할 수 있었다. 여기에 더해 소화기능 장애와 각종 노인성 질환으로 인해 식욕이 감퇴된 것으로 나타났다. 삶의 전반적인 의욕 상실 또한 식욕 상실의 중요한 이유로 작용하고 있었다. 식욕 감퇴 및 미각 상실로 인해 먹는 것 자체가 귀찮고 고된 일로 경험되고 있었다. 식사에 대한 즐거움은 사라지고 ‘살기 위해 먹어야 하는’ 괴로움만 남아있다고 호소하면서 음식을 먹는 것 자체가 고역이라고 말한다. 현재는 음식에 대한 맛조차 잊은 채 살아가고 있지만, 불과 몇 년 전만 해도 손맛을 발휘하여 가족과 이웃의 인정을 받았다는 자랑스러운 기억을 떠올린다. 이제 이들에게 맛있는 음식은 아득한 기억으로만 남아있는 것으로 보였다.

<주요 진술>

입맛 없다고 또 안 먹는다고, 틀니라 제대로 먹지를 못해요, 다 괜찮아요, 내가 얼큰하게 그런 거 잘해요, 그래 우리 애들도 엄마가 한 게 더 맛있다고 그래. (연구 참여자 1)

뭘 몰라, 맛을 몰라요, 그냥 먹는 밥, 더 못 먹어, 들어가 질 않으니, 이가 어금니가 없으께. (연구 참여자 2)

밥맛도 없고, 뭇도 없고, 세끼 먹는 게 옥이야, 안 먹을 수도 없으니 그냥 먹지, 그냥 주면 먹고 ... 지금은 밥을 먹는다고 할 수도 없는 처지여, 그냥 먹는 거지, 아무 것도 먹고 싶지 않음, 뭇도 그렇게 잘 안 먹어요, 지금은 아무 것도 먹고 싶지도 않아, 아무 것도 안 좋아해, 아무 것도 하기 싫어, 갖다 주는 것도 싫어, 귀찮으니까 안 먹지, 아이고 그렇게 어딴어? 내 손으로 해야 이것저것 해먹지. (연구 참여자 3)

김치 같은 것도 질긴 거는 못 먹어요. (연구 참여자 4)

못 깨물어 먹으니까, 주말에 어떨 때는 약식도 해오고, 떡도 해오고 하는데, 이가 이리니깐 못 깨물어요, 콩을 사다 놓고도 못해 먹는다니깐요. 씹지를 못해서 ... 내가 이제 옛날에는 음식도 잘한다는 소리를 들었어요, 내가 음식해서 가면은 맛있다고 말이지, 이 좋고 젊었을 때는 말이지, 배추 같은 것도 대가리 툇 잘라서 거시기 하면은 ... 나는 시어머니한테도 칭찬받던 사람이에요, 김치 담근 지도 얼마나 됐는지 몰라요, 오래된 일이라 (무슨 음식을 좋아했는지 잊었음)(연구 참여자 5)

침묵에 빠진 밥

무료로 제공된다는 부담감으로 인해 연구 참여자들은 복지관이나 담당자에게 도시락에 대한 어떠한 개선사항도 요구하지 않는 것으로 나타났다. 공짜로 먹는 주제에 무슨 말을 하겠느냐, 여럿이 먹는 것을 누구 입맛에 맞추겠느냐면서 의견 밝히기를 극구 꺼려했으며, 체념 섞인 어투로 복지관에서 주는 대로 먹을 수밖에 없다고 말한다. 입맛에 맞지 않는 음식은 본인들이 알아서 간을 맞추어 먹으면 된다고 할 뿐이다. 주말에는 밥 대신 떡, 볶음밥, 야채죽과 같은 특식이 제공되는데, 이에 대해서도 아쉬운 점을 언급하곤 있지만, 구체적인 의견을 전달한 적은 한 번도 없었다고 한다. 입맛을 잃고, 삶에 대한 의욕도 상실한 연구 참여자들은 그러한 의견을 제시하는 것마저 귀찮은 행위로 여기고 있었으며, 제공되는 서비스에 순응적이고 수동적인 태도로 일관하는 것으로 나타났다.

대부분의 연구 참여자는 극심한 고립상태에 처해있다. 따라서 매일 아침 일정시간 방문하는 배달도시락 봉사자는 이들이 교류하는 유일한 외부인인 경우가 대부분이다. 찾아오는

사람 없이 늘 외롭게 생활하는 노인들은 배달도시락 자원 봉사자들과 인사를 나누고 대화를 나눌 수 있기를 원하고 있었다. 그러나 시간에 쫓기는 봉사자들은 대개 '도시락만 던져 놓고 간다'고 하면서, '무엇을 더 바랄 수 있겠느냐'고 반문한다. 이들에게 배달도시락 봉사자가 사회와의 중요한 연결고리가 될 수 있음에도 불구하고 그러한 기능은 제대로 수행되지 않고 있었다.

그 밖에 도시락 용기와 관련하여 재질과 개폐 기능에 대한 불편사항이 제기되었다. 뜨거운 밥이나 국물을 담았을 경우 뚜껑이 열리지 않아 곤욕을 치른다는 것이다. 용기의 재질 및 포장 형태가 배달도시락의 특성과 수혜자 노인의 신체 기능을 제대로 고려하지 못했기 때문일 것이다. 그럼에도 불구하고 이런 불편 사항을 연구자에게는 털어놓을만큼 함의적인 채널을 통해 개선하고자 하는 의사는 전혀 없었다.

<주요 진술>

얻어먹는 주제에, 뭐 먹고 싶다 그래서 그걸 누가 일일이 해다 줄 수도 없고, 거저 얻어먹는 것만 해도 감사하다, 거저 주는 것을 ... 주면 먹는데 단지 바라지는 않아, 들어오는 대로 먹는 거지, 내가 날마다 무엇을 먹었음 좋겠다 그걸 누구한테 얘길해요? 토요일, 일요일은 점심은 떡 하나, 볶음밥, 또 야채죽 이레나 뭐래나 ... 차라리 라면이 ... 같이 따라가야지, 할 수 없지 않아요? 나 혼자야? 여러 사람 소원껏 해다 주는 거지, 하여튼 여기 일절 누가 오는 사람이 없어, 그 도시락 가져가시는 분? 가서 얘기도 해볼 수 있는 거지, 내가 아파서 그 아주머니 보고 뭐라고 말이라도 하면 되는데 아니 암말 없이 이렇게 그냥 가시는 거지 내가 아픈데 누구한테 얘기 좀 해달라고. (연구 참여자 1)

(자원 봉사자 외) 일절 누가 오는 사람이 없어, 아니면 사람 구경 못하지, 어떨 때는 막 안 열어지고, 많아요. (연구 참여자 2)

아휴, 안와도 돼, 그냥 밥 한 숟갈해서 먹으면 되고 아니면 안 먹어도 되고, 갈 때가 되었는데 안가니까 문제지, 금방가고 싶은데, 그러니깐 걱정이지, 그런 거 없어, 희망이 있는 사람도 아니고, 몸에 안 좋은 거 안 가려, 국물이 뜨거운 거는 들러붙어서 ... 힘이 없으니깐 안 열어져, 밥도 그렇고 국도 그렇고, 그래서 저 아줌마 오면 열어달라고 하고, 열기 힘든 거는 어떤 거는 들어서 떨어뜨리기도 하고, 두들기기도 하고. (연구 참여자 3)

(밥을 주면 좋겠다) 생각은 했는디 ..., 거기서 그렇게 주냐? 자원봉사자가 오는 게 안심이 돼요. (연구 참여자 4)

Table 2. The experiential meaning of home-delivered meal services for the elderly

Theme	Sub-theme
A nice meal	A well-balanced diet
	Much appreciated meal
A meal for survival	Reduced food expenses
	Relief from hunger
	Lighten the burden of preparing a meal Intentional fasting
A meal-lack of consideration	Meal lacking in quantity and taste
	Wish to improve cooking methods and menu
Loss of taste-faint memories of delicious things	Loss of taste
	Loss of appetite
	Disordered feeding (poor teeth)
	Annoying meal Comfort food
Meal of silence	Take what is offered
	Thoughts of being the only person receiving a free meal
	Meal service for many
	Loss of will to live
	Absence of improvement of the service system

다른 사람들도 먹는 거니깐 특별히 할 것도 없고 ... 어떨 때는 내가 이렇게 살아서 뭐하나, 죽고 싶은 생각 밖에 없어요. (연구 참여자 5)

고 찰

본 연구는 질적 연구 방법을 통해 가정배달 도시락 급식을 제공받는 취약 계층 노인의 서비스 경험을 분석함으로써 가정배달 도시락 급식의 질적 개선을 위한 정책을 위한 제언을 도출하고자 시도되었다. 주요 진술을 바탕으로 수혜노인에게 있어서 가정배달 도시락 급식이 가지는 의미에 대해 분석한 결과, 가정배달 도시락 급식은 수혜노인에게 “괜찮은 밥”, “생존을 위한 밥”, “아쉬운 밥”, “밥맛 없음-아득한 맛의 기억”, “침묵에 빠진 밥”의 의미를 가지는 것으로 나타났다. 노인들은 가정배달 도시락 급식에 대하여 대체로 만족하고 있었으나, 노인에 대한 배려가 부족하다는 생각을 가지고 있었다. 그러나 이런 목소리는 공짜밥이라는 의식에 짓눌려 밖으로 표출되지 않고 있다는 것을 알 수 있다.

노인들은 가정배달 도시락을 하루 먹는 밥 중 가장 “괜찮은 밥”으로 인식하고 있었다. 이는 도시락 급식 운영기관에서 매월 실시되는 만족도 조사결과에 그대로 반영되어 항상 100% 만족으로 나타난다고 한다. 본 연구 결과는 광주광역시 거주 중인 70세 이상 여성 독거노인 9명의 식생활에서 드러나는 삶

의 경험을 분석한 Park²⁷⁾의 연구 결과와 유사하다. 노인에게 배달 도시락은 ‘허기를 때우는 배달 도시락’의 의미를 가지고 있으며 삼시 세끼 허기를 채우기 위한 혹은 특정 식품에 대한 알레르기가 있더라도 유일한 식사이기 때문에 죽음을 면하기 위한 유일한 식사를 의미하였다.¹⁹⁾ 이러한 이유 때문에 가정배달 도시락 급식에 대한 고마움을 가지고 있는 동시에, 가정배달 도시락 급식에 대한 노인들의 지나친 송구스러움과 더불어 불편사항에 대해 침묵하는 이유임을 유추할 수 있었다.

기존 연구를 바탕으로 배달 도시락 수혜노인과 급식 서비스 수혜 노인의 식생활 복지 서비스에 대한 인식에 차이가 있음을 유추해 볼 수 있었는데, 배달 도시락 수혜노인은 경로식당을 이용하는 노인들과 비교하였을 때 식사에 대해 좀 더 부정적으로 의미화하고 있었다. Seo 등²⁹⁾은 포커스 그룹 인터뷰 (Focus Group Interview) 기법을 활용하여 취약 계층 노인들이 경로식당 무료 급식 서비스 경험을 분석하였으며 그 결과 ‘밥다운 밥’, ‘생활의 낙’, ‘생활인의 감 유지’, ‘사회생활의 장’의 의미가 도출되었다. 수혜노인에게 경로식당 무료 급식은 단순히 배를 채우기 위한 생존의 밥이 아니었으며, 경로식당 출입 자체가 ‘생활인의 낙’이고 ‘사회생활의 장’인 것으로 나타났다. 이를 통해 두 집단의 경험이 상당한 대조를 보이는 것을 확인할 수 있다. 이는 배달도시락 수혜노인이 경로식당 이용자 노인보다 일상생활 수행 능력이 저하되어 총체적인 삶의 통제력을 상실했기 때문인 것으로 해석된다. 경로식당을 직접 방문하여 이용하는 노인보다 도시락 급식 수혜노인은 상대적으로 건강 수준이 더 저하되거나 거동이 어려워 삶의 의욕이 저하되거나 식욕 감퇴를 더 심하게 경험하는 것으로 생각된다. 이는 경로 식당을 이용하는 노인에 비해 배달 급식을 받는 노인은 거의 운동을 하지 않고,⁴⁾ ‘걷기’, ‘청소 등 집안일 하기’, ‘일상용품이나 약을 사러 가기’ 등의 수행능력은 현저히 낮으며 ‘가게에서 물건 사기’, ‘식사준비하기’ 등의 일상생활 수행능력에서 어려움을 겪는 것과 맥락을 같이 한다.^{19,30)} 또한, 도시락 수혜 노인의 경우 경로식당을 이용하는 노인에 비해 우울증과 외로움 등을 더 많이 느끼고 영양불량의 위험이 더 높은 것으로 나타났다.⁴⁾ 노인의 식사 준비의 어려움 같은 신체적 건강 악화와 삶의 의지 저하, 우울증, 사회와의 낮은 교류 등에 의한 정신 건강 저하는 노인의 식습관 및 식생활에 밀접한 관련이 있음을 유추해 볼 수 있다.

시설 무료 급식 혹은 배달 도시락 서비스에 대한 수혜노인들의 인식 및 만족도를 연구한 기존 연구를 바탕으로 수혜노인들은 무료 식생활 서비스에 대해 긍정적으로 크게 만족하고 있는 것으로 나타났다.^{10,19,31)} Park 등¹⁹⁾은 급식서비스품질에 대한 수혜노인들이 배달 용기의 편이성, 식기의 위생상태 등에서 크게 만족하고 있다는 점을 알아냈다. 반면 음식의 간이나

질감에 대해서는 상대적으로 낮은 만족을 보였다. Chae 등¹⁰⁾과 본 연구에서도 수혜노인들은 가정배달 도시락 급식 서비스에 고마움을 느끼면서도 음식의 맛에 대한 만족도가 낮은 것으로 나타났다. 더불어 본 연구에서는 기존 인식 조사 연구와는 구별되는 심층 인터뷰 연구 방법을 바탕으로 기존 연구 결과에서 발견되지 않은 실제 노인들의 인식을 엿볼 수 있었다. 수혜노인들이 도시락 배달 서비스에 대해 높은 만족감을 가지고 있는 동시에 도시락의 조리방식 및 메뉴, 배달 봉사자와의 관계, 도시락 용기 등에 대해 아쉬움을 가지고 있지만 현 서비스에 대해 침묵으로 일관하면서 자신들의 욕구나 내면의 목소리를 표현하지 않고 있었음을 알 수 있었다. 이렇듯 수혜노인들이 식생활 복지 서비스에 대해 아쉬움을 가지고 있으나 표면적으로는 만족을 나타냈다. 무료 급식 서비스를 받는 것만으로도 서비스에 대해 만족하다고 응답한 것은 공짜밥이라는 부담과 삶에 대한 의욕 상실과 연결이 되며 이는 경제적 요인이 상당한 영향을 미치는 것으로 보이며, 기존 연구에서 언급된 것과 맥락을 같이 한다. 밀반찬을 가정으로 배달받는 수혜노인의 만족도는 대체적으로 긍정적이며 학력이 높은 수혜노인 보다는 상대적으로 학력이 낮은 수혜노인이 그리고 생활비를 자녀로부터 보조를 받는 수혜노인 보다는 취로 사업이나 국가보조금에만 수입을 의존하는 수혜노인일수록 만족도가 더 높은 것으로 나타났고¹⁰⁾ 무료시설 입소노인들의 급식에 대한 만족도가 유료시설 입소노인들보다 더 높게 나타났다는 결과로 미루어 보아³²⁾ 가정배달급식 수혜노인의 만족도와 경제적 수준이 밀접한 관계가 있음을 유추할 수 있었다.

가정배달 도시락 급식은 식사 제공 이외에도 수혜자 노인의 안부를 확인한다는 목적이 있음에도 불구하고 도시락 배달 자원봉사자와 수혜노인과의 관계 형성은 매우 미약하였다. 배달급식 서비스 수혜노인의 인식을 조사한 Park 등¹⁹⁾의 연구에서도 수혜노인의 만족도가 가장 낮은 부분이 바로 배달도우미와의 접촉이 충분하지 않다는 점인 것으로 나타났다.

수혜자 노인 입장에서는 도시락을 배달하는 자원봉사자가 하루 중 유일한 방문객일 수 있으며, 예기치 않은 사고나 위급 상황에 도움을 받을 수 있는 중요한 사회적 창구이다. 하지만 대부분의 자원봉사자가 노인 일자리 사업을 통해 동원된 인력이며 체계적인 교육을 받지 못했다는 점, 비교적 한시적인 노동인력이라는 점 때문에 수혜자와 봉사자 간의 관계는 서비스의 본래 의도와 달리 매우 미약했던 것으로 유추된다. 배달 봉사자에 대한 교육을 통해 수혜노인의 안부확인 및 유대감 형성 등이 강화되어야 할 것이다. 마지막으로 도시락 용기가 노인의 신체적 기능을 감안하여 제작될 필요가 있다. 무엇보다 용기 개폐 기능이 보완되어야 할 것이며, 현장에서 직접 제공되는 급식이 아닌 만큼 보관력이 좋은 용기로 교체하는 등

의 제도적 관심이 요청된다.

요약 및 결론

본 연구의 목적은 배달 도시락 급식 서비스의 질적 향상을 위해 배달 도시락 서비스 수혜 노인의 경험의 구체성을 포착하고, 도시락 밥이 지니는 실질적, 상징적 의미를 파악하고자 하는 것이다. 서울시 Y 노인복지센터에서 도시락 배달 서비스를 받고 있는 5명 노인을 대상으로 심층인터뷰를 실시하였으며 인터뷰 결과는 폴라쥬가 제시한 6단계 분석방법을 따랐다. 노인들의 가정배달 도시락 급식 이용의 본질적 의미를 분석한 결과, 148개의 주요 진술과 18개의 구성된 의미, 5개의 주제군 **괜찮은 밥**, **생존을 위한 밥**, **아쉬운 밥**, **맛 없음-아득한 맛**의 기억, 침묵에 빠진 밥이 도출되었다.

연구 참여자들은 공짜로 끼니를 해결할 수 있다는 점만으로도 배달도시락 제도에 대해 절대적인 고마움을 표현했다. 그래서 배달도시락은 이들에게 “생존의 밥”으로 의미화되고 있었다. 절대적 빈곤 상황에 처해있는 고령 노인들은 경제적 이유뿐 아니라, 건강상의 이유로도 식사 준비 자체가 거의 불가능하여 한 끼의 식사로 제공되는 도시락이 하루 두 끼 이상으로 제공되거나 한 끼의 도시락 밥과 반찬 양을 늘려주기를 희망하는 것으로 보여진다. 또한 공짜밥이라는 부담감으로 배달도시락에 대해 부정적인 의견을 (예: 노인 입맛과 치아 상태를 고려하지 않은 조리방식과 메뉴로 구성됨) 표현하기 힘들었음을 알 수 있었다. 또한 배달도시락 서비스가 노인들의 최저 사회안전망이라는 큰 의미를 지니고 있으며 도시락 배달 자원 봉사자는 극심한 고립상태에 처해있는 노인을 사회와 연결시켜주는 유일한 통로가 될 수 있어 앞으로 이런 역할을 지원할 수 있는 시스템이 구축될 필요가 있다.

본 연구는 취약계층 노인에게 도시락 배달 서비스의 실제적 상징적 의미를 분석하고자 하였으며, 특히, 노인 내면에 감춰져있는 도시락 밥에 대한 여러 가지 의미를 찾아냈다는 점에 의의가 있다. 본 연구 결과를 바탕으로 가정배달 도시락 급식 서비스의 질적 제고를 위해 다음과 같은 제언을 하고자 한다. 첫째, 이용자 노인의 욕구를 충분히 반영할 수 있는 프로그램 개발이 요구되며, 둘째, 의존적인 노인 인구가 늘어나는 현실을 생각할 때 수급자 선정 기준을 정비할 필요가 있으며, 셋째, 노인들의 치아상태, 저작기능, 소화 장애 등의 신체적 특성을 감안한 메뉴 개발과 도시락 용기 개선이 필요하며, 넷째, 절대적 빈곤에 처해 있는 수혜자들의 여건에 맞춰 도시락 급식 횟수와 식사량에 대한 제고가 필요하다고 생각된다.

Literature cited

- 1) Statistics Korea. Population projection and proportion by age groups [Internet]. Seoul: Statistics Korea; 2011 [cited 2013 June 10]. Available from: <http://kosis.kr/>
- 2) Jung HY, Yang IS, Lee HY, Chae IS. Analyzing the current congregate meal service program for homebound elderly. *Korean J Community Nutr* 2003; 8(6): 919-926
- 3) Kim KN, Hyun T, Lee JW. Development of a simple screening test for identifying Korean elderly at risk of undernutrition. *Korean J Community Nutr* 2000; 5(3): 475-483
- 4) Jung EJ, Shim E. Comparison of health status and nutrient intakes of elders who participated in MOW and free congregate meal service. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 2007; 36(11): 1399-1408
- 5) Seo S, Cho M, Kim Y, Ahn J. The relationships among satisfaction with food-related life, depression, isolation, social support, and overall satisfaction of life in elderly South Koreans. *J Korean Diet Assoc* 2013; 19(2): 159-172
- 6) Vailas LI, Nitzke SA, Becker M, Gast J. Risk indicators for malnutrition are associated inversely with quality of life for participants in meal programs for older adults. *J Am Diet Assoc* 1998; 98(5): 548-553
- 7) Choe JS, Paik HY. Seasonal variation of nutritional intake and quality in adults in longevity areas. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 2004; 33(4): 668-678
- 8) Kwak EH, Lee SL, Yoon JS, Lee HS, Kwon CS, Kwun IS. Macronutrient, mineral and vitamin intakes in elderly people in rural area of North Kyungpook province in South Korea. *Korean J Nutr* 2003; 36(10): 1052-1060
- 9) Ministry of Health and Welfare (KR). Senior welfare service programs. Seoul: Ministry of Health and Welfare; 2010 May [cited 2010 May 12]. Available from: <http://www.mw.go.kr>
- 10) Chae IS, Yang IS, Lee HY, Park MK. Evaluation of home-delivered meals service program for home-bound elderly with low income class. *J Korean Diet Assoc* 2000; 6(2): 57-70
- 11) Yang IS, Jung HY, Lee HY, Chae IS. Analyzing the current practice of the home-delivered meal(HDM) service program for homebound elderly. *Korean J Community Nutr* 2003; 8(5): 736-743
- 12) Yi NY, Lee KE, Park SY. Evaluation of foodservice workers' food safety knowledge and practices at senior welfare centers. *Korean J Food Cookery Sci* 2009; 25(6): 677-689
- 13) Lee KE, Yi NY, Park JY. Food safety knowledge and home food safety practices of home-delivered meal service recipients. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 2009; 38(5): 618-625
- 14) Do HJ, Lee Y. A study on customized nutrition intervention program design and application for the low-income elderly. *Korean J Community Nutr* 2011; 16(6): 716-729
- 15) Han KH, Choi MS, Park JS. Nutritional risk and its related factors evaluated by the mini nutritional assessment for the elderly who are meal service participants. *Korean J Nutr* 2004; 37(8): 675-687
- 16) Yang EJ, Bang HM. Nutritional status and health risks of low income elderly women in Gwangju area. *Korean J Nutr* 2008; 41(1): 65-76
- 17) Lee OH. A comparison of nutritional status and muscle strength of elderly women in a social welfare center and those residing at home. *Korean J Community Nutr* 2002; 7(5): 603-614
- 18) Kim HY, Ryu SH. Evaluation of hazardous factors for the application of HACCP on production and transportation flow in home-delivered meals for the elderly. *Korean J Food Cookery Sci* 2003; 19(2): 195-209
- 19) Park JY, Lee KE, Yi NY, Kwak TK. Clients' handling and consumption of home-delivered meals at home and their perceptions on home-delivered meal services for older adults. *Korean J Community Nutr* 2010; 15(3): 379-392
- 20) Colaizzi PF. Psychological research as the phenomenologist views it. In: Valle RS, King M, editors. *Existential-phenomenological alternatives for psychology*. New York (NY): Oxford University Press; 1978. p.48-71
- 21) Yu EJ. 'Did I come here to marry or to work?': study on marriage immigrant women's identity formation as workers. *Issues Fem* 2010; 10(1): 199-245
- 22) Creswell JW, Plano Clark VL. *Designing and conducting mixed methods research*. Thousand Oaks (CA): Sage Publications; 2000
- 23) Ely M, Anzul M, Friedman T, Garner D, McCormack Steinmetz A. *Doing qualitative research: circles within circles*. New York (NY): Falmer Press; 1991
- 24) Erlandson DA, Harris EL, Skipper BL, Allen SD. *Doing naturalistic inquiry: a guide to methods*. Newbury Park (CA): Sage Publications; 1993
- 25) Lincoln YS, Guba EG. *Naturalistic inquiry*. Beverly Hills (CA): Sage Publications; 1985
- 26) Merriam SB. *Case study research in education: a qualitative approach*. San Francisco (CA): Jossey-Bas; 1988
- 27) Park MJ. The study of daily life of aged women living alone who receive the National Basic Livelihood Security Program. *Health Soc Welf Rev* 2010; 30(1): 62-91
- 28) Lee JH, Kim SW. Qualitative research on Korean baby-boomer generation middle-aged women's attitude toward their lives -based on middle-class Seoul residents-. *Asia Mark J* 2012; 14(2): 127-156
- 29) Seo S, Yu E, Ahn J. A qualitative study on the experiences of congregate meal services from the low-income elderly. *J Korean Diet Assoc* 2013; 19(3): 298-308
- 30) Jung H. *Assessing the home-bound elderly foodservice program in developing Infra for the health promotion [MS thesis]*. Seoul: Yonsei University; 2001
- 31) Suh HJ, Hong M, Jang YA, Kim BH, Lee HS, Kim CI. Satisfaction measurement and needs analysis of the beneficiaries of the elderly meal service program. *J Korean Diet Assoc* 2003; 9(2): 114-127
- 32) Yang IS, Lee JM, Chai IS, Yoon G. Foodservice management systems at elder-care sites for the improvement of elderly welfare policies in Korea. *Korean J Nutr* 1996; 29(7): 830-838