

영유아 보육시설의 영양관리 시범사업(안)

정효지(서울대학교)

1. 연구의 목적

영유아기의 영양관리 및 식습관은 일생의 건강에 영향을 주는 중요한 부분이나, 현재 우리나라에서는 영유아 보육시설의 영양관리체계가 마련되어 있지않아 보육원에서 많은 어려움을 겪고 있다. 그러므로 본 연구에서는 영유아 보육시설에서 영양사에 의한 영양적으로 균형있는 급식과 영양교육프로그램을 실시하여 그 효과를 판정하고 합리적인 급식 및 영양관리의 운영방안을 마련하는 것이다. 본 사업의 구체적인 목적은 첫째, 영양적으로 균형있는 급식을 제공하여 효과를 판정하고, 둘째, 원아, 보육담당자, 학부모에 대한 영양교육의 효과를 분석하고, 셋째, 50인 이상 150인 미만의 소규모 보육시설에서 영양사에 의한 단독급식 혹은 공동급식관리의 운영체계를 마련하는 것이다.

2. 연구의 내용 및 방법

1) 시범사업의 운영체계

본 사업은 총괄책임자와 연구책임자의 관할하에서, 1인의 연구원이 관리자가 되고, 시설에 배치된 영양사를 중심으로 시범 보육시설을 선정해서 사업을 시행하도록 한다. 보건복지부 보육아동과에서 개발한 보육시설 급식 프로그램을 기본으로 시범사업 해당 보육시설(단독급식 및 공동급식 관리)의 급식시설에 맞게 조정된 급식 및 영양관리 프로그램을 가지고 3개월 동안 시범사업을 실시한후 그 결과를 평가하여 합리적인 영양관리 방안을 도출한다.

본 사업에 참여하는 보육원은 50인 이상 150인 미만의 총 6개 보육원으로 경기, 대구, 광주지역에서 각각2곳씩 선정하였다. 2보육원은 1인의 영양사에 의한 단독관리를 실시하고, 4보육원은 영양사 1인이 2보육원을 관리하는 공동관리체계를 채택하였다<그림 1>.

2) 사업진 구성과 구성원의 역할 분담

총괄책임자 및 연구책임자는 사업계획 및 추진을 총괄하며, 연구원은 영양사들에게 급식 및 영양관리 프로그램과 필요한 교육자료를 개발 제공하고 급식과 영양교육 프로그램의 효과적인 시행을 위해 영양사의 업무를 지도감독하며, 실시한 사업의 효과분석을 담당한다.

영양사는 실제로 영유아 보육시설에서 급식을 실시하면서 원아들의 올바른 식습관 및 태도 형성을 위한 영양교육을 담당한다. 또 보육담당자와 원아들의 부모나 보호자를 위한 정기적인 영양교육을 실시한다. 자문위원은 해당 전문분야의 시범사업 계획의 수립 및 평가에 있어서 적절한 자

문을 한다.

3) 대상보육원의 현황

대상보육원들의 설립년도는 92년이후였고, 보육원의 형태는 사립이 2곳, 시립이 2곳, 법인이 2곳이었다. 보육대상지역의 경제수준은 주로 중류, 하류였고, 아파트지역이 2곳, 주거지역이 4곳이었다. 조사대상보육원의 총 보육아동수는 432명이고, 보육교사당 아동수는 18명이었으며, 급식종사자수는 각보육원에 1인이었다.

대상보육원의 급식시설을 살펴보면, 식당을 보유한 보육원은 없었고 주방의 크기는 2평-8평이었다. 식사장소는 교실이었고, 배식도구는 도시락을 쓰는 보육원이 3곳, 식판을 쓰는 곳이 3곳이었다. 식단은 모두 단일식단이었고, 식단계획은 수시로 하는 곳, 주간, 혹은 월간계획을 하고 있었다. 식단작성자와 식품구매는 주로 원장이 하고 있었고, 급식준비는 조리원이, 그리고 급식지도는 교사가 담당하고 있었다. 식품구입은 매일 혹은 수시로 하고 있었고, 1인 분량은 경험에 의해 측량하고 있었다. 배식후 잔반이 없다는 곳이 2곳 있었고 급식담당자에게 나누어 주기도하고, 버리기도 하였다. 부모의 요구도 조사와 보육아동들의 기호도 조사를 실시하는 곳은 1곳이었고 영양평가를 실시하는 보육원은 없었다. 그리고 조리, 배식, 세척에 소요되는 시간은 보육원의 실정에 따라 큰 차이가 있었다. 특히 보육원에서 사용하고 있는 공동급식설비는 아주 미비하였다.

대상보육원의 영양관리실태를 보면, 식단작성시 기준은 주로 <월간육아>등의 보육정보지, 보육정보센터의 자료 그리고 이전식단을 참고로 하여 작성하고 있었다. 영양기준량을 고려하여 식단을 작성하는 곳은 1곳이었고, 식단작성시 우선순위는 주로 아동의 기호도와 영양이었다. 급식운영형태는 모두 단독이었고, 급식을 위하여 일지를 전혀 사용하지 않는 곳이 3곳이었다. 보육원에서 식사준비시 가장 어려운 점은 잘 먹지 않는 점이라는 곳이 3곳으로 가장 많았고, 다른 보육원은 음식과 식품에 대한 지식부족, 일손부족, 식단작성법에 대한 지식부족이 어려운 점이라고 응답하였다. 전반적으로 대상보육원들의 급식 및 영양관리는 시설 및 자원의 부족으로 많은 어려움을 겪고 있는 것으로 파악되었다.

4) 시범사업의 일정

본 사업은 1998년 6월에 시작하여 12월에 종료되는 사업으로서 급식프로그램의 준비 및 영양교육자료의 준비는 6월에 실시하고 7월초에 기초조사를 실시한다. 시범사업은 7월에서 9월까지의 3개월간으로 하고 사업 종료시 평가조사를 실시한다.

5) 시범사업의 내용

시범사업의 내용은 급식비 지원 및 급식관리, 영양교육, 사업의 효과판정등으로 구성된다.

① 급식비 지원 및 급식관리

대상보육시설에 대한 급식비의 지원은 1일 1인 300원으로 3개월동안 지원한다. 대상보육원의 급식시설 및 인적, 물적자원을 평가하여 급식시설에서 제공하는 식단을 기초로 하여 영양을 보완하면서 조리 가능한 식단을 마련하는 것을 원칙으로 한다. 식단작성의 자료는 보건복지부의 급식 프로그램중의 <식단 및 요리집>, 삼성어린이 개발센터의 <유아를 위한 영양과 식단>, 한국어린이육영회의 <간식, 중식, 식단계획>, 그리고 보육정보센터의 <월별식단표>를 참고로 하였다. 간식은 1일 권장량의 15%를 , 중식은 1일 권장량의 30%를 공급하여 보육시설에서 제공되는 급식이 1일 권장량의 45%를 공급할 수 있도록 하였다. 식단의 제공은 1개월단위로 제공하도록 하고, 모든 1일 식단은 영양적으로 균형이 비슷하게 구성하여 보육원에서 선택할 수 있도록 하였다. 음식별로 재료, 조리방법, 영양가표를 포함하는 레시피를 제공한다.

급식관리는 영양사에 의한 조리지도, 급식지도, 그리고, 위생지도를 실시하도록 한다.

② 영양교육

영양교육은 원아교육, 학부모 교육, 보육교사 및 조리원교육으로 구성된다.

원아교육은 주1회 실시한다. 교육은 영양사와 보육교사가 담당하는 것으로 하고 여건에 따라서 선택하도록 한다. 영양교육프로그램은 3-4세용과 5-6세용으로 구분하여 동일한 주제에 대하여 교육방법을 다르게 하여 실시한다. 원아교육내용은 식품과 음식에 대한 지식, 식습관교육 놀이, 음식만들기로 구성된다.

학부모에 대한 영양교육은 2회 실시할 것이며, 1회는 집단교육을 실시하고, 1회는 자료를 제공하는 것으로 한다. 학부모에 대한 영양교육내용은 영유아의 영양관리, 식습관지도 및 식사지도에 관한 것으로 구성한다. 보육교사, 원장, 조리담당자에 대한 영양교육은 3회 실시할 것이며, 교육내용은 영유아 영양관리, 급식, 식사지도, 식습관지도등의 급식관리, 위생관리등으로 구성한다. 보육교사는 전일 근무하는 관계로 자료를 이용한 영양교육을 실시하도록 한다.

③ 사업의 효과판정

시범사업의 효과를 판정하기 위하여 사업전에 기초조사를 실시하고, 사업후에 평가조사를 실시한다. 조사내용은 우선 보육시설의 현황을 파악하여 급식 및 영양교육프로그램 계획시 참고한다. 보육시설의 현황은 급식관련 제반사항, 즉 조리실과 식당의 시설, 설비, 비품, 급식담당 인적 구성, 식단작성 현황, 식품의 구입 및 보관, 조리, 배식, 급식시간, 음식물 쓰레기 처리 등의 현황을 파악한다. 이 결과는 식단작성 및 급식관리의 기초자료로 이용한다.

그리고 사업의 효과를 판정하기 위하여 학부모 및 보육담당자를 대상으로 설문조사를 실시한다. 학부모를 위한 설문조사의 내용은 학부모의 일반적 특성, 가정의 식생활, 어머니의 식생활 및 건강 상태, 어머니의 음식에 대한 기호도, 아동의 일반적 특성, 아동의 식습관, 어머니의 아동에 대한 영양교육, 아동의 맛에 대한 기호도, 아이의 음식에 대한 기호도, 보육원의 급식에 대한 의견등으로 구성되며, 시범사업 전후에 동일한 조사지를 배부하여 기록하게 한다. 보육교사에 대한 설문지의 내용은 보육교사의 일반적 특성, 급식 및 간식에 대한 의견, 영양교육에 대한 의견등으로 구성되며 학부모에 대한 설문지와 동일한 방법으로 조사한다.

아동의 영양상태를 판정하기 위하여 체중, 신장, 상완위 등의 신체계측과 2일간의 식이섭취량을 조사한다. 원아들의 신체계측을 통하여 신체발달정도를 측정하며 신체계측치는 신장, 체중, 상완위둘레를 포함한다. 식이섭취량 조사는 보육원에서 섭취한 식품은 직접측량법으로, 가정에서 섭취한 식품은 학부모에 의한 기록법으로 실시하여 영양소 섭취량으로 환산한다. 원아의 2일간의 식이 섭취 조사를 가정에서는 어머니가 기록하게 하고, 보육시설에서는 영양사가 제공한 식사량과 잔반량을 측정함으로써 원아의 식사의 균형도와 영양충족도를 평가하고, 식습관 및 식행동은 어머니와의 면담 또는 설문지를 통하여 조사하고, 보육시설에서 식사 시간에 식행동을 관찰하여 그 내용을 보충한다.

6) 영양사의 업무

영양사의 근무시간은 오전 9:30부터 오후 3:00로 한다. 단독관리의 경우는 월, 화, 수, 목요일 4일간 근무하도록 하고, 공동관리의 경우는 월, 수요일은 1개 보육원, 그리고 화, 목요일은 다른 보육원을 관리하도록 한다. 영양사의 업무는 주로 조리지도, 급식지도, 영양교육, 일지작성으로 구성되며 근무내용은 업무일정표에 준하여 일하는 것을 원칙으로 한다. 영양사는 메뉴일지와 일과표를 매일 작성하도록 하고 위생점검일지를 주1회 작성하도록 한다.

7) 자료의 정리 및 분석

각 항목별로 평가된 자료를 정리하고 통계처리를 하여 분석한다. 자료는 단독관리의 경우와 공동관리의 경우로 나누어 효과를 비교한다.

8) 보고서 작성

급식 및 영양교육 프로그램 시행에 따른 효과 분석, 기개발된 급식 프로그램의 개선방안, 연령에 맞는 다양한 식단 및 조리법, 원아·보육담당자·부모 대상 영양교육 프로그램, 유아교육 프로그램에 급식 및 영양교육 프로그램 적용하였을때의 효과, 그리고 영양사에 의한 단독 혹은 공동급식관리 운영체계를 제시하는 보고서를 작성한다.

3. 사업의 기대효과

본 사업의 기대효과는 우리나라의 보육시설의 현황에 알맞은 식단을 개발하고, 보육시설에서 활용할 수 있는 교육방안을 마련하고, 보육시설에서 영양사에 의한 단독 혹은 공동급식관리의 운영체계를 마련하는 것이다. 현재 영유아의 영양관리에 어려움을 겪고 있는 우리나라의 보육원에서 본 사업의 결과를 활용하여 보육아동들의 급식 및 영양관리가 올바르게 수행되어 우리나라 영유아의 영양상태가 개선되었으면 한다.

<그림1> 시범사업의 운영체계 (공동관리및 단독관리)

