

### 학교급식을 통한 초등학생과 중학생의 식습관 및 식생활태도의 비교

최영선\*, 박명희, 김연주. 대구대학교 식품영양학과

Comparison of food preference, food habit and behavior between elementary school children and middle school students

Young-Sun Choi, Myung-Hee Park, Yun-Ju Kim. Department of Food and Nutrition, Taegu University, Taegu, Korea

본 연구는 학교급식을 중심으로 하여 초등학생과 중학생의 식습관과 식생활태도를 비교함으로써 이 시기의 식생활 변화를 학교급식에 반영하고자 하는 목적으로 시행되었다. 본조사는 제주도 남제주군에 소재한 초등학교 3~6학년 학생들과 남원중학교 1~2학년 학생들을 대상으로 하여 1999년 6월 중에 설문지를 사용하여 실시하였다. 조사내용은 일반환경, 식습관 및 학교급식을 중심으로 한 식생활태도를 포함하였다. 설문지가 회수된 학생수는 481명(초등학생 265명, 중등학생 216명)이었으며, 남녀별로는 각각 222명과 261명이었다. 남녀 모두에서 초등학교 3,4학년은 규칙적인 식사를 하는 비율이 91%와 87%였으나, 중 1,2학년은 78%와 76%로 떨어졌으며, 초등 5,6학년은 중간이었다. 초등학생은 남녀 모두 음식을 먹을 때 '골고루 먹으려고 한다'는 비중이 상대적으로 높았으며, 중등학생은 '맛있는 음식을 먹으려고 한다'도 비슷한 정도의 응답을 보였다. 편식 정도는 학년의 변화에 따른 차이가 없었으나, 편식 교정에 대한 생각은 학년이 증가할수록 '별로 관심이 없다'고 대답하는 비중이 높아졌다. 주로 먹는 간식 종류로는 여학생은 과자(비스킷, 스낵류)를 남학생은 라면, 떡볶기로 답하였으며, 이러한 경향은 학년이 증가할수록 뚜렷하였다. 식사량은 '항상 배가 부르도록 먹는다'가 남학생에서는 3,4학년이 30.5%, 5,6학년이 26.2%, 중1,2학년이 15.8%로 학년이 증가할수록 낮아지는 경향이었으나, 여학생의 경우는 4.3%, 3.9%, 11.4%로 사춘기에 오히려 증가한 경향을 보였다. 학교급식에서 싫어하는 음식에 대한 태도는 초등 3,4학년은 '싫어도 참고 먹는다'가 남녀 각각 51.7%, 62.9%이었으나, 중등 1,2학년은 '먹지 않는다'가 남녀 각각 40.2%, 54.0%에 해당하였다. 급식의 내용에 있어서 '전통적인 우리의 음식을 먹고싶다'는 대답은 초등 3,4학년의 경우 40%가 넘었으나 중 1,2학년은 20%미만이었으며, 급식환경에 대한 견해로서는 '음악을 들려주었으면 좋겠다'가 학년이 높아질수록 증가하여 중 1,2학년 남녀는 52.9%와 61.1%에 대항하였다. 이상의 결과에서 한 지역에서 유사한 사회적 문화적 환경을 공유하는 초등 3,4학년, 초등 5,6학년 그리고 중등 1,2학년 사이에 식습관과 학교급식에 대한 태도가 뚜렷한 차이가 있음을 볼 수 있으며, 특히 중등 1,2학년의 학교급식에 대한 태도가 초등학생들과 다름을 인식하여 이를 적극적으로 학교급식에 반영함으로써 중학교 학교급식의 질적인 향상을 모색해야 할 것이다.