

# 家計簿를 통하여 본 食品使用의 實態調查 分析

Study of the Rate of the Food Buying

Throuth Domestic Account book

## 目 次

- I 緒 論
- II 實態調查 對象 및 調查方法
- III 分析內容 및 討議
- IV 結 論
- ▲ 參考文獻

서울大 家政大 玄 己 順  
Ki Soon, Hyun

## I 緒 論

우리나라에서는 農林部에서 食糧 總生産量을 每年 調查하고 있으나 食品 生産量에 대하여 種類別로 月別 調查가 되어 있지 않으며, 또한 食品 消費量에 대하여도 月別 또는 種類別로 調查가 되어 있지 않다. 다만 韓國銀行에서 몇 가지의 食品에 대한 物價調查가 행해지고 있고 韓國 FAO에서는 1963년부터 農林部 統計를 中心으로 食品 需給表를 만들었다. 이것들은 主婦들이 食生活計劃을 하는 데 큰 도움을 주지 못하였으며, 오로지 統計數字로써 行政面에서만 參考材料로 使用하고 있는 것 같다. 食品 種類別의 生産과 消費에 대한 調査는 食生活에 있어 重要的 것이며 또한 基礎的인 것이라고 생각된다. 더우기 營養指導面과 密接한 關係가 있다고 생각되며, 生産者와 消費者間에 있어 食生活を 改善하는 方向으로 이끌어 주는 좋은 資料가 될 것이다. 우선 主婦가 記錄한 1967年度 家計簿를 통하여 그들이 購入한 食品을 月別로 調查하여 봄으로써 消費한 食品의 種類를 알 수 있으며, 季節別로 消費한 食品種類를 調查할 수 있다고 생각된다. 營養價 높은 食品을 使用함으로써 우리들의 食生活은 營養的으로 發展될 것이며, 나아가 이 調査結果를 土臺로 하여 올바른 營養敎育과 營養을 中心으로 한 食品消費와 均衡 있는 食品生産에 도움이 되기를 바라마지 않는다.

## II 實態調查 對象 및 調查方法

### (1) 調查對象의 選定

一般的으로 우리나라에서는 家計簿를 他人에게 보이기 싫어하므로 家計簿를 얻기가 어려

<표 1>

住 所	家計簿類
서울 城北區	2
中 區	2
麻浦區	2
永登浦區	2
東大門區	2
全 北 沃溝郡	1
全 南 高興郡	1
全 南 珍島郡	1
京畿道 楊州郡	1
江原道 三陟郡	1
忠 北 清原郡	1
忠州市	1
忠 南 論山郡	1
大田市	1
慶 北 軍威郡	1
計	20

였으며 全國的으로 廣告를 하여 20명의 主婦가 보내 준 家計簿를 中心으로 조사하였다. 調査對象으로 된 家計簿는 다음과 같다.

### (2) 調査方法

家計簿에서 每日 購入한 食品을 拔取하여 이것을 月別로 記錄하고, 또한 이 食品을 主食類, 副食類中 ① 肉魚類, 鷄卵 ② 菜蔬, 果實類, 그리고 調味料와 其他 食品으로 나누어 種類別로 調査하였다.

### (3) 調査內容

12個月을 통하여 主婦가 購入한 食品을 記錄한 家計簿中에서 먼저 主食類에서 白米, 雜穀類, 粉食別로 記錄하여 調査하고, 副食은 大別하여 ① 蛋白質食品으로 肉魚類, 鷄卵

② 비타민과 無機質 給源으로 菜蔬, 果實類 그리고 調味料와 其他 食品(主로 加工食品)으로 나누어 調査하였다. 이것을 月別로 記錄하고 購入回數를 적어 보았으며, 季節別로 消費되는 食品을 알 수 있게 하였다. 또한 家口別로 購入한 食品種類를 記錄하고 圖表로 나타내었으며, 購入回數를 主로 하여 評價하였다.

### (4) 統計處理

主食, 副食, 調味料와 其他 食品으로 나누어 購入한 食品種類別로 各各 百分率을 求하고 家口別, 月別로 使用한 平均値를 求하여 評價하였다.

## Ⅲ 分析內容 및 討議

### 1. 食生活內容의 分析

#### (1) 主 食

主食의 種類는 白米, 雜穀類, 粉食의 세 가지로 크게 나누어 보았다.

白米에는 쌀로 밥을 지어 먹은 것과 떡을 만들어 먹은 것을 포함시켰는데, 쌀은 20家口中에서 月平均 16.2家口가 購入하여 使用하고 있었으며, 떡은 月平均 3.6家口로 名節이 들어 있는 1月과 2월에 많이 먹고 있었다. 이것은 20家口中 81%가 每月 繼續해서 쌀을 消費하고 있다는 것과 같은 뜻이며, 實際로 購入한 回數로 보면 主食 全體에 대하여 32.3%인고로 우리 食生活에서 主食은 역시 살임을 再確認하였다. 雜穀類는 가장 많이 使用된 順序로 보

면 보리, 콩, 팥, 수수, 밀, 녹두, 옥수수, 좁쌀, 차조이며 모두 9種類이다. 이 中에서 보리는 月平均 7.2家口가 消費하고 있는데, 이것은 20家口에 대해서 36%에 해당하는 것이며 購入한 回數로 보면 主食 全體에 대하여 14.3%로서 쌀에 다음가는 第2位를 차지하고 있다. 月平均 3.3家口가 콩을 使用하고 있으며 팥은 1.3家口이고 其外 雜穀들은 微微한 狀態이다. 보리는 겨울보다 여름철에 많이 먹고 있으며 11月부터 2月까지의 겨울 동안은 적게 消費하였고 3月부터 보리를 購入하는 家口가 부족 늘어나는 것으로 보아 봄이 되면 쌀이 적어 지므로 보리를 더 消費하게 된 것이라고 생각되며 또한 햇보리가 나면 여름철에 많이 消費하고 있다는 것을 알 수 있다. 雜穀類는 購入한 回數로 보아 主食 全體의 26.9%로서 主食의 세 가지 種類中 最下位이므로 混食에 대한 일반의 啓蒙과 認識이 不足한 까닭이라고 본다.

粉食은 主食 全體의 33.9%를 차지하고 있으며 其中 가장 많은 것은 빵 11.3%, 밀가루 飲食 8.0%(밀국수, 수제비 등), 국수 7.7%, 라면 5.3%이고 其外에 가락국수(우동) 0.8%, 만두 0.3%, 전빵 0.5%로 되어 있다. 이 가운데는 빵類(집에서 만든 것, 사서 먹은 빵)가 11.3%, 수제비, 밀국수, 市販국수, 라면, 우동을 합하여 21.8%이므로 우리 食生活에서 粉食이라 하면 빵보다도 국수가 더 食性に 맞는 飲食임을 알 수 있고, 家庭에서 손쉽게 調理할 수 있는 것이라고 생각된다.

月平均 4.8(食빵 包含하면 5.7家口) 家口가 빵食을 하고 있으며, 밀가루 飲食(밀국수, 수제비, 市販국수)이 7.8家口, 라면이 2.7家口이므로 밀가루 飲食이 雜穀밥보다 더 歡迎을 받고 있는 것으로 본다. 또 粉食은 여름철에 많이 먹고 있으며, 이번 調査에서 나타난 것을 보면 특히 7월에 많이 먹었다는 것을 알 수 있다. 漸次로 밀가루 飲食을 먹는 家庭이 많아진 것 같으나 그의 調理法에는 별다른 새로운 것을 찾아볼 수 없었다.

調査한 20家口中 쌀만을 主食으로 한 家口는 없으며, 모든 家庭이 雜穀을 使用하였다는 것은 多幸한 일이라고 생각된다.

雜穀中 보리를 18家口, 콩 13家口, 팥 7家口, 밀, 수수, 조가 各各 2家口, 옥수수가 1家口이며 밀가루 및 밀가루 飲食을 使用한 家口가 17家口이다. 1家口가 平均 4種類의 穀類를 使用하였으며, 아직도 主食으로는 쌀 以外の 雜穀의 使用이 不足한 實情이다. 더우기 보리는 國家政策으로 混食을 勸獎하고 있는데도 不拘하고 1年中 한번도 使用하지 않은 家口가 있다는 것은 食生活 發展上 옳지 않다고 생각한다. 또한 3家口가 밀가루를 使用하지 않은 것은 粉食 장려를 數年 해 온 것으로 보아 아직도 繼續的으로 粉食 장려를 하여야 할 것이라고 생각한다.

우리나라에서 雜穀中 쌀값보다 싼 것은 보리밖에 없는 것으로, 보리의 使用은 可能하나 콩, 팥은 營養的으로나 口味上으로나 좋은 것으로 알고 있어도 價格이 쌀값보다 비싸서 使用하지 못하고 있는 듯하다. 앞으로 콩, 팥의 生産을 많이 하여 쌀보다도 싼 값으로 콩이나 팥을 購入할 수 있도록 되었으면 한다.

主 食 種 類 別 月 別 購 入 表

<표 2>

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	計	月平均使用 戶數	全體에 比한 %
白米	16	17	16	18	16	14	15	14	17	16	17	18	194	16.2	32.3
餅	7	6	1	4	4	2	3	2	2	4	4	4	42	3.6	7.0
보	5	5	9	7	7	9	10	8	7	10	4	3	86	7.2	14.3
콩	—	4	—	1	2	5	3	5	6	5	4	2	40	3.3	6.7
팥	2	3	2	3	—	2	—	—	—	2	1	2	17	1.3	2.8
밀	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1	1	2	4	0.3	0.7
수	1	—	1	—	—	1	1	—	—	—	—	—	4	0.3	0.7
녹	—	—	—	—	—	—	—	1	—	2	—	—	3	0.3	0.5
옥	—	—	—	—	—	—	1	1	1	—	—	—	3	0.3	0.5
좁	—	—	1	1	—	—	—	—	—	1	—	—	3	0.3	0.5
차	—	1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1	0.1	0.2
빵	3	4	5	6	5	4	5	3	4	6	6	5	57	4.8	9.5
食	2	1	1	1	2	2	—	—	—	—	1	1	11	0.9	1.8
밀국수, 수제비	5	6	1	3	6	3	6	3	6	3	3	3	48	4.0	8.0
국	2	2	3	6	6	5	8	4	4	1	3	2	46	3.8	7.7
라	4	1	1	—	—	2	6	2	1	5	4	6	32	2.7	5.3
만	2	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	2	0.2	0.3
우	—	1	—	1	—	—	1	—	1	—	—	1	5	0.4	0.8
견	—	—	—	1	—	—	—	—	1	—	—	1	3	0.3	0.5
												總計	601		

(2) 副 食

副食은 肉·魚類, 계란과 菜蔬, 果實로 二大別하여 調查하여 보았다.

가. 肉, 魚類, 계란

이번 調查對象이 된 20家口에서 使用한 肉類로는 쇠고기, 돼지고기, 닭고기, 內臟고기, 개고기의 다섯 가지였으며 使用回數는 쇠고기가 142로 가장 많은 數字이었다. 月別로 보아 쇠고기를 가장 많이 使用한 달은 1月(17家口), 12月(16家口)이고 돼지고기는 7月(11家口), 11月(11家口), 12月(10家口), 닭고기는 8月(5家口) 등으로 되어 있다. 또 쇠고기는 20家口中 月平均 11.8家口가 使用하고 있고 돼지고기는 8.4家口, 닭고기는 1.5家口이며, 개고기는 一般的으로 두루 使用되고 있지는 않다. 그러나 肉類는 값이 비싼 食品인고로 使用한 回數도 重要하지만 使用한 分量의 많고 적음이 問題視되리라고 본다.

계란은 우리 食生活에서 比較的 값싸고 손쉽게 購入할 수 있는 良質의 蛋白質 食品인데, 20家口中 月平均 9.3家口가 꾸준히 使用하고 있다는 셈이 되며, 이것은 肉魚類, 계란 全體에 대하여 購入回數가 쇠고기 다음으로 14.1%를 차지하고 있다. 그러나 8月에는 使用回數가 6家口로서 가장 적고 그외의 달에는 별로 差異가 심하지 않다. 魚介類는 20家口에서 使用한 것이 모두 36種類나 되지만 實際 使用한 回數는 적다. 즉 어느 種類의 生鮮이거나 뚜렷이 많이 쓰이는 것도 없으며 “어쩌다 가끔” 使用하며 月平均 2家口 程度에 不過하다. 그중에 콩치를 月平均 2.3家口가 먹고 있으며, 오징어 2.3家口, 굴 1.8家口, 조기 1.8家口, 갈치 1.8家口이고 멸치가 3.2家口가 되지만, 이것은 生鮮으로 치기엔 좀 부족한 느낌이 드는 것이므로 우리 食生活에서 生鮮의 利用이 잘 안되고 있음을 알 수 있다.

比較的 자주 쓰인다고 하는 것들은 값이 헐한 것이고 해삼, 준치, 전어, 뱀어, 넙치, 광어 등은 使用回數가 極히 稀少하며 1年間 한두 번에 不過하며, 貝類로는 굴, 고막, 맛살 등이 쓰이고 있으나 역시 使用回數는 적다.

生鮮은 철에 따라 種類가 다르고 生産量에 差異가 있으므로 계절에 豊盛할 때는 購入하는 回數도 增加되는데 11月이 가장 많고, 7月, 9月の 順序이고 4月이 가장 적었다.

<표 3>  
肉 類

副食(肉魚類 鷄卵)月別購入表

種 類	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	計	月平均	%
1. 쇠고기	17	10	13	11	9	12	8	10	12	11	13	16	142	11.8	17.8
2. (Ham)소시지 돼지고기	8	9	7	5	10	8	11	9	6	7	11	10	101	8.4	12.7
3. 內臟고기	1						1	1	1	1			5	0.4	0.6
4. 닭고기		3	3	1		1		5	2	1		2	18	1.5	2.3
5. 개고기						2	1						3	0.3	0.4

가 정 학 회 지

鷄 卵	10	8	9	11	11	7	12	6	9	11	8	10	112	9.3	14.1
魚 類															
1. 콩 치	3	4	4	2	2	2	1	1		1	4	4	28	2.3	3.5
2. 동 태	5	4	1	2							3	2	17	1.4	2.1
3. 조 기		1	2	3	5	1			1	3	2	3	21	1.8	2.6
4. 아 지	1	1	1	1	1		1	2	1			1	10	0.8	1.3
5. 병 어					2	4	4	2					12	1	1.5
6. 도 루 목	1												1	0.1	0.1
7. 오 징 어	1	1	3			1	5	1	4	7	2	3	28	2.3	3.5
8. 굴	1	3	1	1					1	4	7	4	22	1.8	2.8
9. 멸 치	1	1	1			1	1	2				1	8	3.2	4.8
10. 북 어		3	2	2	2	2	1		2		2	1	17	1.4	2.1
11. 계	1					4	1		3	1			10	0.8	1.3
12. 해 삼	1												1	0.1	0.1
13. 갈 치			1		1	1	3	6	5	4	1		22	1.8	2.8
14. 념 치		1											1	0.1	0.1
15. 가 재 미		1	1						1		1		4	0.4	0.5
16. 생 선 알	3	1	2		2	1						1	11	0.9	1.4
17. 뺑 어			1										1	0.1	0.1
18. 광 어			1										1	0.1	0.1
19. 기타생선	11	8	9	5	7	5	11	9	11	7	11	8	102	8.5	12.8
20. 굴 비					1	2	1						4	0.4	0.5
21. 새 우		1	1	1	2	1	1		3	1	3	1	15	1.3	1.9
22. 전 어					1					1			2	0.2	0.3
23. 준 치					1					1			2	0.2	0.3
24. 소 라					2	1							3	0.3	0.4
25. 고 등 어						1	1	3	1				6	0.5	0.8
26. 조 개	1	1	3			2	2	1	1		1	1	13	1.2	1.6
27. 문 어							1						1	0.1	0.1
28. 미꾸라지								1			1		2	0.2	0.3
29. 낙 지								1					1	0.1	0.1
30. 붕 어									1				1	0.1	0.1

家計簿를 통하여 본 食品使用의 實態調査 分析

31. 양 미 리								1	2	3	0.3	0.4
32. 삼 치								1	1	2	0.2	0.3
33. 흥 합	1							1		2	0.2	0.3
34. 고 막	1	1	1	1	1	1	1		1	8	0.7	1.0
35. 바지라기										1	0.1	0.1
36. 맛 살			1		2					3	0.3	0.4
計										797		

副食 月別 購入表에 나타난 生鮮의 種類는 36이라는 많은 種類임에도 不拘하고 食卓에 頻繁히 오르지 않고 있다는 것을 알 수 있다.

副食中 蛋白質 給源이 되는 肉魚類 알種類를 調査하여 보니 쇠고기는 20家口가 전부 使用하였고 돼지고기는 14家口, 계란은 19家口, 生鮮은 20家口, 加工食品, 3家口, 닭고기 6家口로 나타났다.

平均 各 家庭마다 4種類 以外の 食品을 動物性 蛋白質 給源으로 使用한 것을 알 수 있었다.

나. 菜蔬, 果實類

우리의 食生活은 副食에 使用되는 食品이 肉魚類보다는 菜蔬類를 많이 使用하고 있으므로 그 種類와 使用回數가 肉魚類보다 많음이 이 調査에서 나타났다.

使用된 菜蔬類는 모두 48種類, 果實은 11種類였다. 먼저 菜蔬類를 보면 가장 많이 使用된 것은 콩나물인데 1年總計 129回, 月平均 10.8家口, 全體에 대하여 購入回數는 11.9%가 된다. 다음으로 배추 94回, 月平均 7.8家口, 全體에 대하여 8.7%, 무우가 71回, 月平均 5.9家口, 全體에 대하여 6.3%로서 콩나물, 배추, 무우가 가장 많이 쓰이는 野菜임을 알 수 있다.

그 밖에 김, 미역, 시금치, 감자, 호박의 順序로 使用되고 있으며, 이것으로 보면 綠黃色 菜蔬보다는 淡色 菜蔬가 더 많이 쓰임을 알 수 있었다. 또 김과 미역도 比較的 자주 쓰이는 편이다. 배추와 무우는 김치를 담가 먹기 때문에 使用回數가 많은 것으로 생각된다.

綠色菜蔬의 代表的인 것으로는 시금치가 있는데, 月平均 5.3家口가 이를 購入하고 있으므로 綠色菜蔬中 가장 많이 消費되는 菜蔬라고 생각된다. 菜蔬는 특히 季節的인 食品인고로 豐盛한 季節에는 購入하는 回數도 많게 된다.

月別로 보면 5月이 101回, 6月이 106回로서 가장 많고 1月이 57回로서 가장 적다. 미역이나 김의 使用回數가 比較的 많은 것은 季節에 구애받지 않고 어느 때나 購入할 수 있고 貯藏하기 쉬운 食品이기 때문이라고 본다.

果實도 역시 季節에 따라 다르지만 사과가 제일 많이 消費되고 있으며 6·7月을 除外한

가 정 학 회 지

10個月間 月平均 4.6家口가 사과를 購入하고 있음을 알 수 있다. 此外 여름 한철엔 참외를 많이 먹으며 토마토는 元來 野菜에 속하는 것이지만, 우리 食生活에서는 果實로 使用되는 편이 많은데, 5月부터 8月까지 月平均 3.5家口가 이를 먹고 있었다. 배, 복숭아, 수박 등도 조금씩 購入하였고, 특히 딸기와 앵두는 5月과 6월에 不過 1~2回 程度로 먹은 回數가 적었다.

<표 4>

菜蔬 및 果實類 月別購入表

種 類	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	計	月平均 使用한 가수	%
1. 시금치	8	10	10	13	4		1		1	7	5	4	63	5.3	5.8
2. 콩나물	12	14	13	13	8	6	7	10	11	11	11	13	129	10.8	11.9
3. 마나리	2		2	3	5	3			1	1	6		23	1.9	2.1
4. 숙주	1	2	1	1	1	2	1		4		1	1	15	1.3	1.4
5. 달래	1	3	3										7	0.6	0.6
6. 냉이		2	2										4	0.3	0.4
7. 두릅		1						1			1		3	0.3	0.3
8. 고비		1					1	1	1				4	0.3	0.4
9. 고사리		1		1	2		1	1	1				7	0.6	0.6
10. 도라지				1			1	2	1	2	1		8	0.7	0.7
11. 더덕					3								3	0.3	0.3
12. 취나물			1										1	0.1	0.1
13. 물쭈		1	1										2	0.2	0.2
14. 미역	3	9	6	4	6	4	8	7	5	3	3	6	64	5.3	5.9
15. 김	9	11	6	12	3	3	1	1	3	3	6	8	67	5.6	6.2
16. 타시마		1		1									2	0.2	0.2
17. 파래		2	2										4	0.3	0.4
18. (양)송이						1				1			2	0.2	0.2
19. 샐리버섯								1					1	0.1	0.1
20. 버섯	1		1							1			3	0.3	0.3
21. 쭈			1						1				2	0.2	0.2
22. 우거지								1					1	0.1	0.1
23. 무수	7	5	6	4	3	4	3	4	6	12	8	9	71	5.9	6.5
24. 고구마	7	3	2	1					9	8	4	4	42	3.5	3.9
25. 등근파	2	2	1	2	5	6	3	5	1	2	2	2	35	2.9	3.2



家計簿를 통하여 본 食品使用의 實態調査 分析

26. 당	근	2	4	1	2	2	3	3	3	4	3	5	3	35	2.9	3.2
27. 오	이	1	1	2	6	10	13	3	4					40	3.3	3.7
28. 배	추	1	5	8	8	13	12	7	9	11	8	8	4	94	7.8	8.7
29. 감	자		3	4	4	6	11	8	6	5	2	3	3	55	4.6	5.1
30. 상	치		1	4	7	3	2	2		1	2	1	1	24	2.0	2.2
31. 썩	갓			1	2	2						1		6	0.5	0.6
32. 양 배	추			1			2	3						6	0.5	0.6
33. 부	추				1			1	1					3	0.3	0.3
34. 고	춧				1	1	1			1		1		5	0.4	0.5
35. 우	성				1					1				2	0.2	0.2
36. 완	두					1	2							3	0.3	0.3
37. 근	대					1	1	1						3	0.3	0.3
38. 깻	잎					3	3	1	2	2	1			12	1.0	1.1
39. 호	박					4	7	10	6	7	2			36	3.0	3.3
40. 마	늘			1		2	2							5	0.4	0.5
41. 아	욱					4	2							6	0.5	0.6
42. 무	우					1								1	0.1	0.1
43. 풋	고					2	2			2				6	0.5	0.6
44. 가	지					3	8	5	4	1				21	1.8	1.9
45. 호	박					1		1						2	0.2	0.2
46. 열	무					2	5	4	2					13	1.1	1.2
47. 고 구	마						1	1						2	0.2	0.2
48. 토	란								1	1				2	0.2	0.2
1. 사	과	5	4	9	3	3		1	3	7	6	6	8	55	4.6	5.1
2.	배	1	1	4		1				2	1	1	1	12	1.0	1.1
3.	감	1								2	3	2		8	0.7	0.7
4. 딸	기					1	1							2	0.2	0.2
5. 토	마					1	7	4	2					14	1.2	1.3
6. 참	외					2	8	5	2					17	1.4	1.6
7. 앵	두					1								1	0.1	0.1
8. 수	박					1	5	5						11	0.9	1.0
9. 복	숭					1	4	4	2					11	0.9	1.0

가 정 학 회 지

10. 자	두					2					2	0.2	0.2
11. 포	도					5	2				7	0.6	0.6
											1,085		

<표 5> 購入回數가 많은 菜蔬의 種類와 回數

順位	種 類	1年間 購入 回數	月平均使用(家口數)	全體에  대한%
1	콩 나 물	129	10.8	11.9
2	배 추	94	7.8	8.7
3	무 우	71	5.9	6.5
4	김	67	5.6	6.2
5	미 역	64	5.3	5.9
6	시 금 치	63	5.3	5.8
7	감 자	55	4.6	5.1
8	고 구 마	42	3.5	3.9
9	오 이	40	3.3	3.7
10	호 박	36	3.0	4.3
11	당 근	35	2.9	3.2
11	동 근 과	35	2.9	3.2
12	상 치	24	2.0	2.2
13	미 나 리	23	1.9	2.1
14	가 지	21	1.8	1.9

(3) 調 味 料

調味料로 使用된 種類는 모두 26種이었으며 主食이나 副食에 못지 않게 1年 내내 必要한 것이다. 特別한 用途의 것이 아닌 一般的인 調味料는 購入回數도 年中 高른 分布를 보여 주고 있었다. 그 가운데 購入回數가 많은 것을 보면 파가 全體의 14.4%, 기름 13.2%, 化學調味料 12.1%, 설탕 9.6%, 간장 9.3%, 고추 9.3%이다. 그러나 調味料는 購入한 回數에 關係 없이 한번에 많이 사두고 쓰는 傾向이 있으므로 使用한 回數는 이 比率과 一致하지 않으리라고 본다.

예를 들면 고추는 貯藏해 두고 쓰므로 購入回數는 적지만, 파 같은 것은 貯藏期間이 짧으므로 必要할 적마다 사다 쓰게 되어 購入回數가 많게 되는 것이 그 예이다. 후추는 특히 購入回數가 적는데 그것은 고기를 調味할 때나 쓰는 高級調味料라는 점과 한번에 많이 사서 貯藏해 두고 쓸 수 있다는 점이 理由가 될 것이다.

家計簿를 통하여 본 食品使用의 實態調査 分析

깨소금은 4.2%, 생강은 4.3%, 마늘 4.3%, 식초 2.2% 등으로 表에 나타나 있지만 家計簿에 나타난 것만으로는 使用回數를 논하기가 어려운 難點이 있게 된다. 平素에 쓰이는 調味料는 파, 기름, 간장, 설탕, 소금, 고추, 化學調味料라고 볼 수 있고, 그 중 파, 기름, 간장, 소금, 고추는 예전부터 使用한 것이며 漸次로 설탕의 消費가 增加되었고, 또한 化學調味料를 使用하는 家庭이 많아졌음을 알 수 있다. 使用한 調味料의 種類가 전에 비하여 많아졌다고 본다.

家口別로 調味料 購入狀況을 보면 가장 적은 種類를 使用한 家庭이 4種類이고, 가장 많이 使用한 家庭이 15種類이다.

이것으로 미루어 보아 調味料는 生活程度의 區別 없이 必要한 것이라고 본다. 아래 표에 의하면 우리나라의 常用 調味料는 기름, 깨소금, 후추, 간장, 설탕, 化學調味料, 소금, 생강, 파, 마늘, 고추, 식초의 12種類라고 볼 수 있다.

그 중에서도 用途에 따라 기름은 콩기름, 참기름, 쇼트닝, 버터 등의 여러가지가 있고, 간장에 있어서도 왜간장, 朝鮮간장 등이 있어 표에 나타난 種類보다 더 많은 種類의 調味料를 使用하고 있다고 본다.

<표 6>

調味料의 月別 購入表

種 類	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	計	月平均	%
1. 기 림	9	11	7	9	7	9	8	7	8	8	7	5	95	7.9	13.2
2. 깨 소 금		2	2	4	4	2	2	3		5	5	1	30	2.5	4.2
3. 후 추	4	3	2				3	2		1			15	1.3	2.1
4. 간 장	3	6	5	6	8	7	9	5	3	5	5	5	67	5.6	9.3
5. 설탕	4	5	8	7	6	6	5	5	7	7	3	6	69	5.8	9.6
6. 化學調味料	7	9	7	7	8	11	8	10	7	4	5	4	87	7.3	12.1
7. 소 금	6	1	4	5	6	4	5	3	3	8	9	2	56	4.7	7.8
8. 생 강	2	5	1			3	1	1	2	7	5	4	31	2.5	4.3
9. 파	8	9	11	9	5	8	9	8	7	12	12	6	104	8.7	14.4
10. 마 늘		1	2	3	6	7	4		4	2	2		31	2.5	4.3
11. 고 추	2	4	1	3	6	6	9	9	10	8	6	3	67	5.6	9.3
12. 식 초			1	1	3		3	3		3	2		16	1.3	2.2
13. 人工甘味料	1	1	1	1	2	1	1	1					9	0.7	1.1
14. 카레가루			1	1			1	1					4	0.4	0.6
15. 청 각											1	1	2	0.2	0.3
16. 계 피												2	2	0.2	0.3

가 정 학 회 지

17. 약 식 原 料		1						1	2	0.2	0.3
18. 쇼 트 닝	1								1	0.1	0.1
19. 마 야 가 린		1	1	2	3	1	2	3	13	1.0	1.8
20. 실 백	2	1							3	0.3	0.4
21. 겨 자		1	1						2	0.2	0.3
22. 마 요 베 예 즈			1					1	2	0.2	0.3
23. 된 장			1		1		1	1	4	0.4	0.6
24. 중 국 된 장				1				1	2	0.2	0.3
25. 고 추 장					2		2	1	5	0.5	0.7
26. 갖							5	1	6	0.5	0.8

\* 數字는 家口를 나타냄

總計=F=720

앞으로는 調理法 簡素化를 위하여 여러가지 種類의 調味料를 混用하지 말고, 되도록 調味料의 特色을 나타낼 수 있는 方法으로 調理하고 調味料의 濫用을 하지 않도록 하였으면 한다.

#### (4) 其他食品

其他食品으로 가장 많이 使用되고 있는 것은 두부인데, 이것도 季節에 구매받음이 없는 食品인 까닭이며 月平均 20家口中 12.3家口가 繼續 두부를 먹고 있었다. 또 全體에 대하여 購入回數는 38.5%나 된다. 蛋白質 食品으로서 老少를 不問하고 좋아서 먹을 수 있고 싼 값으로 購入할 수 있는 두부는 더 많이 使用되었으면 한다.

새우젓은 김치 담글 때 쓰이므로 거의 1年 내내 必要한 것이므로 月平均 3.3家口가 이를 購入하고 있으며 全體에 대하여 10.4%를 차지하고 있다. 其他食品으로 묵이 月平均 2.2家口, 당면이 2.0家口로 나와 있다. 묵은 우리나라에서 흔히 만들어 먹는 것으로 澱粉食品이며 값도 싸고 누구나 좋아서 먹게 되므로 消費量이 많다고 본다. 또 젓갈類가 많이 쓰이고 있는데 種類로는 조개젓, 멸치젓, 굴젓, 꼴뚜기젓, 황새기젓, 오징어젓 등 9種類나 되며 모두 습하면 66回, 月平均 5.5회가 된다. 젓갈은 밀반찬으로 季節을 막론하고 使用하므로 항상 家庭에 備置하였다가 使用하기에 쉬우므로 여러가지의 젓갈을 使用하였으며, 또한 그의 使用度가 높다고 생각된다. 그 밖에 生鮮묵, 生鮮튀김, 콩비지, 단무지 등이 20家口中에 月平均 1家口씩 購入하고 있었다. 牛乳는 營養價가 높은 食品이지만 家計簿에 나타난 것으로 보면 주로 아기들을 위한 것이라고 본다. 加工食品이나 特殊고명이 되는 食品은 其他 食品으로 取扱하였는데 種類가 많고 그의 使用度가 점점 높아지고 있음을 알게 된다.

다음 표에 의하면 두부는 어느 家庭에서나 愛用되고 있는 加工食品의 하나라고 본다. 都市나 農村을 막론하고 손쉽게 만들 수도 있고 市場에서 購入할 수 있으며 또한 低價로 購入

家計簿를 통하여 본 食品使用의 實態調査 分析

할 수 있기 때문이다. 그 다음으로 당면이 많이 사용되었는데 이것은 加工된 乾燥食品으로서 家庭에서 貯藏하였다가 손쉽게 사용할 수 있다는 便利한 점이 있기 때문이라고 생각한다. 其他 食品의 種類는 많아도 그 購入回數는 적으며 두부, 당면, 목, 새우젓 이외에는 별로 많이 사용하지 않았다. 이것은 우리나라에서 加工食品이 比較的 값이 비싼 理由로 널리 利用되지 않고 있다고 본다.

<표 7> 其他食品 月別購入表

種 類	月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	計	平均	%	
1. 두	부	12	16	13	13	13	11	9	7	16	12	12	14	148	12.3	38.5	
2. 유	부								1	1				2	0.2	0.5	
3. 목		2	2	5	2	4	1			3	2	3	2	26	2.2	6.8	
4. 콩	비	지	2	1	1			1	1	2	1	2		11	0.9	2.9	
5. 단	부	지	1			2	1	1				1	1	9	0.8	2.3	
6. 당	면		2	3	1	1	4	2	3	3	2	3		24	2.0	6.3	
7. 굴	젓	2												2	0.2	0.5	
8. 조	개	젓			1	1						1	1	4	0.3	1.0	
9. 명	란	젓		1	1								1	3	0.3	0.8	
10. 팔	뚜	기	젓				1						1	2	0.2	0.5	
11. 새	우	젓	2	2	4	4	6	3	2	3	4	5	3	2	40	3.3	10.4
12. 멸	치	젓							1			1	2	2	7	0.6	1.8
13. 오	징	어	젓							1				1	0.1	0.2	
14. 갈	치	젓							1					1	0.1	0.2	
15. 황	새	기	젓			1						1	1	3	0.3	0.8	
16. 조	기	젓								1	1			2	0.2	0.5	
17. 선	지	1												1	0.1	0.2	
18. 우	유	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	1	23	1.9	6.0	
19. 대	추	1												3	0.3	0.8	
20. 짬	지	1												1	0.1	0.2	
22. 과	자	1		1		1	1	1	2					7	0.6	1.8	
23. 호	콩	1										2	1	4	0.3	1.0	
24. 생	선	튀	김	1			1	1			1	2	2	8	0.8	2.6	
25. 옛	기	름	1	1		1								3	0.3	0.8	
26. 생	선	묵		1		1	1							4	0.3	1.0	

가 정 학 회 지

27. 토 마 토 케 첩	1							1	0.1	0.2
28. 꾀 감	1						1	2	0.2	0.5
29. 사 이 더	1							1	0.1	0.2
30. 껌	1							1	0.1	0.2
31. 생 강 차	1							1	0.1	0.2
32. 기 타 젓 갈		1	1				1	3	0.3	0.8
33. 떡 주			1				1	2	0.2	0.5
34. 자 반			1					1	0.1	0.2
35. 엇			1				1	2	0.2	0.5
36. 주 우 스			1					1	0.1	0.2
37. 녹 말 가 루					2	1	1	4	0.4	1.0
38. 튀 각					1	1	1	3	0.3	0.8
39. 장 아 찌							1	1	0.1	0.2
40. 밤					1	1	1	3	0.3	0.8
40. 브 리 차							1	1	0.1	0.2
41. 양 유							1	1	0.2	0.5
42. 통 조 립							1	1	0.1	0.2
43. 돼 지 기 림							1	1	0.1	0.2
44. 꿀							1	1	0.1	0.2
45. 튀 김							1	1	0.1	0.2
46. 베이 킹 파 우 더					2		2	1	0.4	1.3
47. 치 자	1							1	0.1	0.2
48. 잡 채	1							1	0.1	0.2
49. 표 고	1	1						2	0.2	0.5
50. 식 이	1							1	0.1	0.2
51. 감 장							1	1	0.1	0.2
計								384		

IV 結 論

1967年 1月~12月間에 購入한 食品을 記錄한 20家口의 家計簿를 擇하여 記錄된 食品을 種類別, 月別, 家口別로 나누어 그들이 購入한 食品의 實態를 調査하고 分析하였다.

(1) 主食은 쌀을 使用한 것이 月平均 16.2家口로 主食 全體의 32.3%였다. 雜穀은 보리, 콩, 팥, 수수, 밀, 녹두, 옥수수, 좁쌀, 차조의 9種類이나 보리가 月平均 7.2家口로서 全體의 14.3%를 차지하고 있다.

粉食에 있어서는 빵은 11.3%, 국수類는 21.0%로서 빵보다는 국수類를 더 많이 使用하고 있다고 본다.

(2) 副食에 있어서 蛋白質 給源인 肉魚類 및 계란은 그 種類를 세 가지로 나누어 肉類, 계란, 魚介類로 나누어 보았다. 肉類에 있어서는 5種類를 使用하였고 그 중 쇠고기를 가장 많이 購入했으며 17.8%였다. 계란은 月平均 9.3家口로서 肉魚類 全體의 14.1%로 낮은 比率을 보이고 있었다. 魚介類는 36種類가 되나 그의 購入回數는 극히 적다. 菜蔬 및 果實에 있어서는 콩나물, 배추, 무우의 3種類를 가장 많이 購入했으며 이것들은 모두 淡色菜蔬이고 綠黃色 菜蔬의 使用度는 낮았다. 果實은 5月, 6月, 7月, 8月인 夏節에 여러가지 種類의 果實을 購入하였고 가을, 겨울, 봄에는 사과, 배, 감 程度이었다.

(3) 調味料는 26種類이며 그 중 기름, 깨소금, 후추, 간장, 설탕, 化學調味料, 소금, 생강, 파, 마늘, 고추, 식초의 12種類가 常用 調味料라고 볼 수 있다.

(4) 其他食品에 있어서는 55種類라는 여러가지 種類의 食品을 購入했으나 그 중 두부만은 어느 家庭에서나 使用하였고 어느 季節에나 使用되었다.

#### ▶ 參考文獻

- (1) 玄己順, 低所得家庭의 食生活實態調査, 서울師大 家政科, 1967
- (2) 林英姬, 中間所得家庭의 食生活實態調査 및 低所得家庭과의 比較, 서울大學校 教育大學院 家政教育科, 1968
- (3) 尹瑞石, 韓國料理, 修學社
- (4) 文秀才·李琦烈·李惠秀·玄己順·玄順英, 營養學, 修學社
- (5) 女范社, 營養, 現代女性生活全書
- (6) 國際聯合食糧農業機構韓國協會, 韓國人 營養勸獎量, 1967
- (7) 韓國銀行調查部, 調查月報, 1966, 1967
- (8) 經濟企劃院, 韓國統計月報, 1967
- (9) 韓國 FAO, 食品需給表, 1963, 1964, 1965
- (10) 日本科學技術廳資源調査會, 日本食品 標準成分表, 1967
- (11) 日本厚生省公衆衛生局營養課編, 日本人의 營養所要量, 1964
- (12) Robinson, *Fundamentals of Normal Nutrition*