

참고문헌

- 월간 식생활 1991.10
 월간 식생활 1991.11
 월간 식생활 1991.12
 월간 식생활 1991.1
 이기춘, 가정경제학, 교문사 1991
 통계청, 한국경제지표, 1991.1.4
 한국무역협회, 1990 무역통계
 한국소비자보호원, 쓰레기 감량을 위한 재활용 방안 연구, 1991
 한국소비자보호원, 한국소비생활지표, 1991

식생활에 대한 국민 의식의 문제

조숙자(서원대학교 가정교육과교수)

1. 머릿말

먹는다는 것은 인간의 욕구 중에서도 생명 유지를 위한 기본적이고 본능적인 욕구이다. 이러한 욕구가 충족될 때 인간은 즐거움을 느끼게 된다. 이러한 사실과 관련하여 우리나라에서 잘 살게 되자마자 잘먹는 것으로 치달아 가정의 여러가지 행사시에 음식문화에 문제를 낳고 또한 그로 인하여 파생되는 가정 국가 경제에서 차지하는 음식물비에 당연히 문제를 일으키게 된다. 그 밖에 과소비·사치·호화·무질서·무분별 등 우리 주변에 문제는 수없이 많았다. 이러한 문제들은 모두가 서로 깊이 관련이 되어 있는 식생활에 대한 국민 의식의 문제에 있어 문제가 생기게 되었는지, 개인과 가정 또한 사회의 식생활 습관상의 문제점 그 영향

에 대하여 살펴보고 우리는 어떻게 이러한 문제들과 그 영향으로 부터 벗어나서 진정한 인간으로서 참다운 삶을 회복하여 개인과 가정, 사회, 국가가 모두 건전하고 올바르게 살아갈 수 있는가 그 방안을 모색해 보고자 한다.

2. 문제점

1) 소득의 향상으로 과다하게 먹고 마시게 된 결과 영양 과잉으로 인한 성인병이 증가되어 개인, 가정, 사회문제 및 국민의 건강의 침해

2) 편리, 안일 위주의 삶의 방식에 따른 일회용 식기 사용의 증가로 쓰레기 양이 증가하고 다른 오염 공해 문제를 야기

3) 과잉소비, 과시소비에 따라 버리는 음식이 많아 전체 쓰레기 양의 25%나 되며, 개인, 사회, 국가경제에 직접 간접으로 미치는 영향이 크고 쓰레기양의 증가, 수거, 처리문제, 환경오염공해 등 여러가지 부수적인 문제 야기

4) 우리나라 국민의 소득은 5,569불(1990년)이며 일본은 23,463불(1989년)로 일본의 20% 정도인데 음식 쓰레기의 발생율은 25.4%로 소득수준 세계 40위의 우리나라 3위 일본 6위 미국 20위 영국 등 선진국형을 따라가고 있으며 음식잔유물이 쓰레기에 차지하는 비율은 41.6%로 세계 최고이다.

5) 음식물 쓰레기는 대부분 수분 함량이 높아 부패하기 쉬우므로 하절기엔 악취, 곤충의 발생으로 수거의 문제점 및 겨울철에 얼어붙어 수거하기가 힘들며 염분을 함유하고 있어 철제쓰레기 수거함의 부식의 원인이 된다. 또한 현재 우리나라에서 3D(더럽고, 어렵고, 위험한 일)를 기피하는 현실에서 구인난과 고임금도 큰 문제로 대두됨.

6) 아직도 우리나라에는 결식 인구가 많으며 세계적으로도 지구상의 인류의 영양상태는 현재 세계 인구 52억 중 12억은 절대 빈곤 속에서 살아가고 있음.

7) 세계 각국의 국민의 교육 수준을 비교해 보면 국민의 학력 구성비는 고등 교육에 있어서는 11.0%로 미국의 32.2%에 뒤지나 중등교육 이상은 57.5%로 일본의 54%보다 오히려 더 높은 비율이며 최근(1988)에 와

서 고등교육기관의 취학율은 36.5%로 일본의 28.3%(1987)를 앞서가고 있음에도 불구하고 교육의 실생활화에 있어서 국민의식은 교육수준에 못미치고 있음.

8) 관혼상제 등 가정의례시 손님 접대에 음식의 종류가 너무 많거 준비에 많은 시간을 소모하게 된다. 또한 결혼식, 잔치 등을 치르고 난후 준비한 음식이 불필요한 낭비가 되었다고 응답한 농가가 14%나 되었음.

9) 남성들의 외식 문화가 오늘의 외식 문화에 큰 영향을 미쳤으며 아직도 술잔을 돌리는 우리 관습은 간연 등 국민 보건의 적이 되고 있음은 주지의 사실이다. 이로 인한 과음과식, 과로는 수명에 지대한 영향을 미쳐 40대의 남성 사망률이 두드러지게 높아가고 있음.

10) 소득 증대와 핵가족화의 현상으로 외식문화가 개인·가정·사회에 까지 널리 만연하여 과잉소비 과시 소비 현상을 불러오게 되었다. 이러한 개인 가정 사회의 과잉소비, 과시 소비는 36조여원이 넘으며 해마다 4조여원이 넘게 누적되어 국가 경제에 비상이 걸리게 되는 현 시점에 이르고 있음.

11) 국민들의 외식문화와 함께 패스트푸드와 같이 여러가지 빠르고 편리한 음식의 보급으로 외국의 음식들이 부분별하게 들어오고 청소년들을 오히려 전통 음식보다 패스트푸드 쪽을 선호하는 경향이 두드러져 왔으므로 식생활의 경향은 더욱 서구화할 경향임.

12) 음식은 사람의 의식에 영향을 미쳐서 우리의 전통음식, 문화에 대한 좋은점과 인식을 잃어가고 있음.

13) 쌀을 선호하게 됨으로써 쌀 소비는 점점 줄어들어 1인당 연간 소비량이 135.6kg(1975)에 달하던 것이 현재(1991) 116.1kg으로 감소되는 추세에 있어 앞으로 (2000년대)는 105kg내외로 추정되고 있다. 또한 국민들의 기호 선호에 따라 커피를 비롯하여 최근에 수입 과잉으로 농민의 생계에 위협이 되고 있음은 물론 국가 경제에 미치는 영향이 크다. 또한 쌀 소비의 감소로 여분의 쌀 보관문제 등을 야기시키며 농민의 생계 유지를 위한 조치의 일환으로 정부에서 수매한 정부미 보관과 보관되었던 저장 쌀의 처리 등도 문제가 되고 있음.

14) 청소년들의 분식 선호와 패스트푸드 유지류 등의 과잉 섭취로 소아 청소년 비만이 생기고 성인병의 발생 연령이 점차 연소화 되어가고 있음.

15) 국민 소득의 증가에 따라 쌀, 보리, 잡곡 등의 식물성 식품의 소비량이 줄어 들고 육류의 섭취량이 현저히 늘고 있으며 이러한 식생활의 변화는 질병의 야상까지 싸꾸어 가고 소아천식, 알레르기 자반증, 소아비만, 청소년 비만, 고혈압, 당뇨병, 심장병, 동맥경화, 암 등으로 국민의 건강을 위협하고 있다.

16) 음식점의 경우도 날로 고급화 다양화한 것을 찾는 소비자의 선호도를 맞추고 수익성을 높이기 위하여 과도한 반찬의 수와 양을 제공하게 됨으로서 식사 후 버리게 되어 낭비를 초래하고 재사용하는 경우가 많아 비위생적이다. 음식이 쓰레기로 버려지는 순서가 김치류, 채소, 밥, 찌게 등이며 구내식당의 경우도 먹다 남은 음식의 양은 평균 27.8%이며 둘다 김치류를 제일 많이 버린다. 일부 사업주와 종사원들은 식생활 문화의 중요성에 대한 인식 부족과 직분에 대한 보람과 긍지가 결여되어 있으며 전통적인 식생활 문화의 계승 발전에 무관심하다.

3. 개선 방안

- 1) 인간의 신성한 존재 의미에 대한 자아 인식 교육
- 2) 삶의 진정한 의미에 대한 깊은 인식 교육
- 3) 진정한 삶의 회복에 대한 교육
- 4) 인간은 독립적인 존재가 아니라 자연과 더불어 살아가야 할 자연의 일부이며 우주적 존재라고 자각 교육
- 5) 영양 교육의 확대

음식이 의식에 까지 많은 영향을 미침을 인식시키고 소식과 수명, 다식과 비만, 과식과 성인병 등에 대한 폭넓은 이해를 할 수 있고 올바른 영양지식 교육 외식문화가 과식, 과잉소비, 과시 소비로 잘못되지 않도록 그 영향력과 올바른 영양 섭취에 대한 교육 물의를 빚어온 건강식품, 체중조절식품, 보신'정력식품에 대한 올바른 인식교육 과대광고, 식품광고에 대한 정확한 지식 교육

6) 소비자 교육의 확대

나의 소비가 가정 사회 국가 경제에 미치는 영향에 대하여 올바른 인식을 가지게 함으로써 건전한 소비자 육성교육

음식물을 알맞게 먹고 버리지 않는 교육으로 낭비를 줄이고 음식 쓰레기를 줄이는데 대한 실천 교육

7) 주부의 책임 각성 교육 확대

가정의 식생활의 책임 인식

주부의 편리 안일 주의와 지나친 인스턴트 식품, 가공식품, 반조리식품, 조리식품, 외제식품의 선택으로 잘못된 습관을 형성하는데 대한 책임감 인식

8) 공무원 각계 각층의 지도자 관련자 교육의 확대
외식절제

음식물 과소비 절제 과음 과식의 절제

구내 식당에서 음식 쓰레기를 버리지 않는 방안 강구로 시범 사례 연구

9) 상차림의 음식 가지수 줄이기, 가정 음식점 모두 실시

10) 손님접대시 음식의 간소화와 차 대접만으로 간단한 방법 시도

11) 가정 의례 관혼 상제시 음식의 간소화, 검소화

12) 우리나라 소득수준이 세계 40위임을 인식하여 모든 식생활 내용도 이러한 수준에 맞추어 검소하게 먹고 대접하는 습관의 자세

13) 음식업계 종사자 교육

음식 가지수 줄이기, 음식의 적당량 제공 지도, 음식물의 적당량 공급이 영업이윤과 직결되어 이윤증가 효과가 있음을 교육

손님 접대시 충분한 양해를 구하고 모자라면 더 서빙한다는 것을 알린 후 최적량을 공급 시도해 볼 것

손님에게 음식물을 남겨서 버리지 말것을 당부하고 절약정신과 메뉴판이나 벽에 이것을 함께 홍보하는 방안

14) 지식교육보다 각성 교육으로 실생활화 할 수 있는 교육의 전환

4. 논의

이 모든 문제들을 우리 자신이 만들어낸 결과이

며 열심히 생활하면서 행복을 추구하는 우리들의 의식의 상태를 반영할 뿐이다. 우리는 이 식생활 의식의 문제에 얼마나 깊이 관련되어 있는가? 특히 식생활은 여성이 주로 하게되어 있는 부분이다. 우리는 우리의 가정 행사와 음식 문화에 문제가 되는 일들을 얼마나 많이 해 왔는가를 스스로에게 물어본다.

가정의 식생활 의식문제, 사회문제, 우리나라 음식 문화의 문제라고 한다. 그러나 가정과 사회, 나라의 실체는 무엇인가? 우리 모두 나를 전부 제하고는 가정 사회 국가가 있을 수 있겠는가? 그렇다면 문제가 내게서 나왔으면 해결책도 내게 있지 않겠는가? 더러는 나정도면 괜찮다고 생각할 지 모르겠으나 괜찮은 사람들이 모여 있는 세상에는 각종 문제가 생기는 것을 보면 나 정도의 수준이 문제를 해결할 수 없음을 알 수 있다.

우리나라의 경제구조는 취약하여 해외 의존자가 일본의 4배나 되며 수입 침투율은 23%나 된다. 또 쓰레기로 나가는 음식 찌꺼기가 7조원이며 연간 외채 누적은 4조원이므로 국민의 의식에 따라 연간 외채를 감당하고도 3조원이 넘는 엄청난 돈을 쓰레기로 버릴 것인가?

FAO의 조사에 의하면 이러한 대 낭비를 하고 있는 장소는 첫째로 가정이며 뒤이어 학교 급식 시설, 식당이 으뜸가는 장소라고 하였다. 또한 UN자료의 하나는 "만일 가정 교육에 있어서 어머니가(즉 여성들이) 자녀들에게 음식이라는 것의 의미와 가치를 철저히 가르친다면 이렇게까지 심한 숫자는 나오지 않을 것이다."라고 하고 있다. 이런 점에서 여성의 각성은 일차적이고도 가장 중요한 위치에 있음을 깊이 깨달아야 하겠다.

5. 제언

우리나라 학생들은 지능도 다른 선진국에 비하여 높고 국민들의 교육 수준도 일본을 앞질러 가고 있으나 의식 수준은 그를 따르지 못하고 있다. 인간의 지성 교육에 바탕을 두고 형성한 지금의 현대 사회는 동서를 막론하고 깊은 혼란 속에 빠져 있으며 인간들은 불안정한 삶을 방황하며 온갖 문제를 만들어 내고 있

다. 지식의 힘 만으로는 삶의 본질에 대한 자각을 얻을 수 없고 그것 없이는 인간은 삶의 정도를 발견할 수 없으며 자연과 더불어 살아가는 자연의 일부임을 알게 된다.

변화가 인간에게 오지 않는한 변화는 어디에도 올 수 없다. 우리는 각자가 우리를 통하여 모든 문제가 되는 것들을 변화할 수 있도록 우리의 자세를 꾸준히 정직하게 변화시켜 갈 때 주위에 영향력을 미칠 수 있다. 세계에서 나간 어느것 하나도 내게로 되돌아 오지 않는 것이 자연의 섭리이고 신의 축복임을 깊이 깨달아 이렇게 나를 변화시키는 삶에 동참함으로써 문제의 세상에 빛이 되는 삶이 되기를 바란다.

참고문헌

- 교육 통계 편람 중앙 교육 평가원, pp90-98, 1991.
 농림 수산 주요 통계, 농림 수산부, pp258-262, 1990.
 농업 기반 조성 사업 통계 연보 농림 수산부, 농어촌 진흥공사, p736, 1991.
 문수재, 식생활과 윤리, 대한가정학회지 29권 4호 263, 1991.
 박은명, 한국인의 인간형성교육, 새교육 6월, 대한교육연합회, 1988.
 식생활, 식생활개선 범국민운동 본부, p131, 1988.
 식생활, 식생활 범국민운동 본부, p32, 1992.
 인구 및 가족 계획 자습 교본, 대인가족협회, p18, 1982.
 오선주, 건전한 소비생활과 복지사회 조성 충청북도 여성단체협의회 새질서 새생활 실천 여성다짐 대회 p16, 1991.
 주요 해외 경제 지표, 한국 경제 기획원 조사 통계국, pp24-25, 1991.
 한국 소비자 연맹:쓰레기 감량을 위한 재활용 방안 p15, 1991.