

서울시내 주부들의 도시락 준비실태 및 학교급식 실시에 관한 의견 조사연구

A study on the state of lunchbox preparation and the opinion of school
lunch program of mothers with elementary school children in Seoul

이화여자대학교 식품영양학과
시간강사 이경애, 장영애, 김우경

Dept. Foods & Nutrition, Ewha Womans Univ.

Lecturer : Kyoung Ae Lee

Young Ai Jang

Woo Kyung Kim

〈 목 차 〉

- | | |
|--------------|--------------|
| I. 서 론 | Ⅲ. 조사결과 및 고찰 |
| Ⅱ. 조사내용 및 방법 | Ⅳ. 요약 및 결론 |
| | 참고문헌 |

〈 Abstract 〉

This research was undertaken to investigate the state of lunchbox preparation and the opinion of operating school lunch program.

The subjects were 180 mothers and their children in the 6th grade of elementary school in Seoul, where a school lunch program were not operated.

The results were summarized as follows ㄱ ㄴ;

The age of mothers were from 30's to 40's and among them over 80% graduated from a high school and 26.1% had a job.

88.9% of mothers prepared lunchbox everytime and main dish was mostly bab. The average time spent in preparing meal for one day and lunchbox were 1 hour and 58 minutes, and 28.6 minutes respectively. The number of side dishes cooked per day and for lunchbox were 9 and 3, respectively. The side dishes for lunchbox were kimchi, dried laver, ham, dried squid, egg in decreased order, which were similar to preference of children. Animal protein foods were mainly used in lunchbox than vegetables. On preparing lunchbox, mothers considered preference, nutrition, convenience of cook, economic, appearance of food in decreased order.

92% of mothers and 75% of their children approved of operating school lunch program, and the reason, answered by their mothers, was nutritional balance of their children.

In conclusion, it's needed to operate of school lunch program for optimal nutritional intake and growth of children.

I. 서 론

사회구성원으로서 한 개체의 건강은 개인적인 노력과 사회적인 뒷받침이 함께 이루어질 때 보장될 수 있다. 특히 아동기는 신체, 정신적인 면에서 성인의 축소형이 아닌 '성장'이라는 중요한 과정에 있기 때문에¹⁾ 이때의 올바른 영양섭취와 올바른 식습관의 형성은 그 이후의 건강유지는 물론 국민보건 및 체력향상을 위해 중요하므로²⁾ 사회적, 경제적인 배려가 요구되고 있다.

아동의 생활시간은 대부분 정오를 중심으로 이루어지므로 중식의 중요성이 강조되고 있는데³⁾ 학령기의 경우 중식은 집에서 싸운 도시락이나 학교급식으로 섭취하게 된다. 집에서 준비한 도시락에 대한 영양실태조사⁴⁾⁶⁾에 의하면 도시락으로는 열량과 대부분의 무기질, 비타민의 섭취가 부족한 것으로 보고되고 있으며, 집에서 싸온 도시락보다는 학교급식에서 제공되는 식사의 영양상태가 양호한 것으로 보고되고 있다.⁸⁾

학교급식은 학령기 아동의 성장발육에 필요한 영양을 공급하여 심신의 건전한 발달을 도모하고 장래의 식생활 영역에 필요한 기초적인 지식을 습득케 하며 이와 더불어 바람직한 식습관을 형성하여 건강의 유지와 증진을 꾀하는 동시에 원만한 사회생활을 할 수 있도록 교육의 현장인 학교에서 실시하는 집단급식이다.⁹⁾¹⁰⁾ 이러한 기능을 담당하고 있는 학교급식은 1987년도에 전체 국민학교중 7.5%,¹¹⁾ 1992년에는 16.3%¹²⁾에서 실시하고 있는 것으로 조사되어 연차적으로 증가하고 있으나 급식혜택을 받는 국민학교 어린이의 수는 1991년도에 8.1%¹²⁾로 아직도 적은 부분을 차지하고 있는 실정이므로 확대실시의 필요성이 강조되고 있다.

그러므로 본 연구는 비급식국민학교에 다니는 자

녀를 둔 주부를 대상으로 도시락 준비실태와 학교급식 실시에 대한 의견을 알아보고자 하였다.

II. 조사내용 및 방법

1. 조사대상자 및 기간

본 조사는 1993년 9월 6일부터 9월 18일까지 서울특별시 소재하는 비급식국민학교 6학년생의 자녀를 둔 주부 180명과 학생 180명을 대상으로 실시하였다. 조사대상자의 사회, 경제적수준을 고르게 하기 위해서 중상층과 중하층을 대표한다고 생각되어지는 서초구소재 W국민학교와 용산구소재 K국민학교를 각각 선정하였다.

2. 조사내용 및 방법

본 조사는 설문지를 사용하여 대상주부의 일반사항, 도시락준비에 대한 실태 및 학교급식에 대한 의견을 알아보았다.

1) 일반사항

대상주부의 연령, 교육수준, 직업유무, 가정의 월수입, 영끌이수, 가정구성형태 및 자녀수를 조사하였다.

2) 도시락 준비실태

도시락을 싸주는 횟수, 식사준비와 도시락준비에 드는 시간, 준비하는 반찬의 가짓수, 도시락반찬의 종류를 조사하였다. 도시락반찬의 종류는 총 22가지(장조림, 불고기, 계란, 생선, 참치통조림, 오징어포, 콩상, 두부요리, 햄소시지, 젓갈, 치즈, 멸치볶음, 김치, 나물, 채소볶음, 장아찌류, 샐러드, 감자요리, 부

침류, 튀김류)중에서 자녀가 좋아한다고 생각하는 것과 실제로 주부 자신이 자주 싸주는 도시락 반찬을 각각 순서대로 3가지씩 고르게 하여 1위는 3점, 2위는 2점, 3위는 1점의 가중치를 주어 기호도를 계산하였다. 또한 도시락 반찬으로 편익식품의 사용빈도와 도시락준비에 대한 주부들의 생각을 조사하였다.

3) 학교급식에 대한 의견

학교급식에 대한 주부와 자녀들의 찬반의견과 그 이유를 조사하였다.

3. 자료처리 및 분석

조사자의 일반사항과 각 문항은 빈도수와 백분율을 구하였고 각 변수에 따른 chi-square test를 사용하여 유의성을 검증하였다. 식사준비에 소요되는 시간과 준비하는 음식의 가짓수는 평균과 표준편차를 구하였으며 Friedman test를 사용하였다.

Ⅲ. 조사결과 및 고찰

1. 조사대상자의 일반사항

〈표 1〉에 제시한 바와 같이 대상주부는 총 180명으로 30대가 84명(46.7%), 40대가 92명(51.1%)으로 대부분 30-40대였고 80%이상이 고졸이상의 학력을 가지고 있었다. 또한 대상주부의 26.1%가 직업을 가지고 있었는데, 주부대상의 다른 연구에서 나타난 1988년도의 20.1%⁹⁾와 1992년의 16.8%¹⁰⁾보다는 높은 것으로 점차 주부의 사회참여도가 높아지는 것을 알 수 있었다. 월수입은 100-200만원인 경우가 50%정도로 가장 많았다. 대상자 가정의 앵겔지수는 70% 이상이 20-40%로 중류의 가정을 나타내고 있었다. 조사대상의 87%가 핵가족 형태였으며 자녀의 수는 2명이 가장 많았다.(61.9%)

〈표 1〉 조사대상자의 일반사항

변 수	인원수(%)
연 령	30대 84(46.7)
	40대 92(51.1)
	50대 4(2.2)
학 령	국졸 이하 3(1.8)
	중 졸 24(14.5)
	고 졸 70(42.4)
	대졸이상 68(41.2)
직 업	무 133(73.9)
	유 47(26.1)
가정의 월수입	60만원 이하 12(6.7)
	60-100만원 44(24.4)
	100-200만원 88(48.9)
	200-300만원 23(12.8)
	300만원 이상 13(7.2)
앵 겔 지 수	20% 이하 16(8.9)
	20-30% 70(38.9)
	30-40% 66(36.7)
	40-50% 18(10.0)
	50% 이상 10(5.6)
가족구성 형태	핵 가족 157(86.7)
	확대가족 24(13.3)
자 녀 수	1 명 30(16.6)
	2 명 112(61.9)
	3 명 33(18.2)
	4명 이상 6(3.3)

2. 도시락 준비실태

1) 도시락 준비유무와 그 이유

〈표 2〉에 나타난 바와 같이 88.9%가 매번 도시락을 싸주고 있었으며 1987년의 조등¹¹⁾의 연구 81.6%와 1990년의 이¹²⁾ 연구의 85%와 비슷하였다. 주식으로 밥을 매번 준비하는 경우가 80%였으며 밥을 싸주지 않을 경우에는 빵을 준비해 주는 것으로 나타났다. 이는 정등의¹³⁾ 보고에서 98%가 주식으로 매일 밥을 싸주는 것과 비교해 볼때 본 조사에서는 밥이외의 주식의 섭취빈도가 높은 것으로 나타났다.

도시락을 싸주지 못하는 이유는 '시간이 없어서'

〈표 2〉 조사대상자의 도시락 준비실태

항 목		인원수(%)
도시락을 준비 하지 못하는 횟수 (/주)	매 번	2(1.1)
	3회	3(1.7)
	2회	8(4.4)
	1회	7(3.9)
	없음	160(88.9)
밥 이외의 도시락 준비 횟수 (/주)	매 일	1(0.6)
	3 회	2(1.1)
	2 회	4(2.3)
	1 회	29(16.6)
	없 다	139(79.4)
도시락을 준비 하지 못하는 경우	도시락,김밥,빵류를 사서 준다.	38(36.2)
	사서 먹도록 돈을 준다.	38(36.2)
	집에 와서 먹도록 한다.	6(5.7)
	그냥 보낸다.	1(1.0)
	기타	22(21.0)
도시락을 준비 하지 못하는 이유	시간이 없어서	11(15.1)
	도시락반찬 준비가 힘들어서	9(12.3)
	집에 와서 먹을수 있으므로	4(5.5)
	아이가 도시락을 싫어하므로	9(12.3)
	늦게 일어나서	10(13.7)
기타	30(41.1)	
밥 이외의 주식을 싸주는 경우	빵	76(61.8)
	떡	1(0.1)
	기 타	18(14.6)

(15.1%)나 ‘늦게 일어나서’(13.7%), ‘도시락 준비가 힘들어서’(12.3%), ‘아이가 도시락을 싫어해서’(12.3%) 등 다양한 의견에 응답을 하였다. 도시락을 준비하지 못하는 경우는 ‘도시락, 김밥, 빵을 사서 주거나’, ‘사서 먹도록 돈을 준다’가 각기 36.2%로 대부분을 차지하였다.

2) 도시락 준비 소요시간

식사준비에 소요되는 시간과 준비하는 음식의 가짓수는 〈표 3〉에 제시하였다. 1일 식사준비에 소요되는 시간은 평균 117.9분(1시간 58분)이었는데 김¹³⁾의 1일 3-4시간 보다는 적었다. 식사준비에 드는 시간은 주부의 학력, 직업유무, 월수입에 의한 유의적

인 차이가 보여 학력이 높을수록, 월수입이 많을수록, 직업이 없을 때 많은 시간을 식사준비에 사용하는 것으로 나타났다. 도시락준비에 드는 시간은 평균 28.6분이었다. 또한 1일 준비하는 음식의 가짓수는 평균 9가지 정도로 김¹³⁾의 7-8가지 보다는 많았으며, 도시락반찬으로는 평균 3가지 정도 였다. 1987년 임¹⁴⁾의 연구에서는 1.7가지 였으며 1990년 이⁶⁾의 연구에서는 2.1가지로 점점 반찬의 가짓수는 증가하는 것을 알 수 있었다. 도시락 준비에 있어서 직업에 따른 유의적인 차이가 나타나서 직업을 가진 주부가 도시락준비에 소요하는 시간이 적고 음식의 가짓수도 적은 것으로 나타나서 주부의 취업유무가 자녀의 도시락내용에 많은 영향을 미친 것으로 생각되어진다.

3) 도시락 반찬의 종류

도시락 반찬으로 자녀들이 좋아한다고 생각하는 음식과 실제로 싸주는 음식을 순위별로 〈표 4〉에 제시하였다. 조사에 사용된 22개 항목중 선택빈도가 많은 순으로 10가지를 제시하였는데 자녀들이 햄, 불고기, 튀김, 장조림, 김치, 김 순으로 좋아한다고 생각하고 있었으며 실제로 싸주는 음식은 김치, 김, 햄, 오징어, 계란의 순이었으며 정⁸⁾등의 연구에서도 김치를 도시락 반찬으로 가장 많이 사용하는 같은 결과를 보였다. 자녀의 기호도와 실제 싸주는 음식의 종류별로 보면 참치통조림을 제외하고는 순위는 서로 다르지만 같은 음식들이었다. 이것으로 도시락반찬을 준비할 때 가능한 한 아동의 기호도가 고려되고 있음을 알 수 있다.

그리고 질적인 면에서 보면 주로 단백질식품을 위주로 하고 있었으며, 자주 싸주는 반찬의 10위 순위 안에는 김치 이외의 채소류가 없었는데 이는 다른 연구에서도 같은 경향이었다.⁶⁾ 그리고 도시락의 영양상태를 조사한 연구들에 의하면 도시락으로 공급받는 영양소를 권장량(1일의 1/3)과 비교하였을 때 조¹¹⁾의 연구에서 단백질은 95.8%, 특히 동물성 단백질은 142.2%를 함유하고 있었으며 안등⁷⁾의 연구에서는 단백질 93.1%, 동물성 단백질은 132.1%로 비슷한 경향을 보여주었다. 그리고 기타 무기질과 비

〈표 3〉 식사준비에 소요되는 시간 및 가짓수

변 수		소요시간 (분)		음식의 가짓수	
		1 일	도시락	1 일	도시락
연 령	30대	126.2 ± 6.2 ¹⁾	27.9 ± 1.7	9.3 ± 0.5	2.8 ± 0.1
	40대	125.2 ± 6.0	28.8 ± 1.5	9.1 ± 0.5	3.1 ± 0.1
	50대	131.7 ± 4.0	35.0 ± 8.7	8.0 ± 0.6	3.0 ± 0.4
		NS ²⁾	NS	NS	NS
학 령	국졸이하	60.0 ± 30.0	15.0 ± 5.0	12.3 ± 0.3	2.7 ± 0.3
	중 졸	102.5 ± 8.9	26.7 ± 2.8	8.6 ± 0.9	3.0 ± 0.3
	고 졸	129.6 ± 6.8	27.8 ± 1.6	9.2 ± 0.6	2.8 ± 0.1
	대졸이상	136.5 ± 7.0	29.7 ± 1.7	9.3 ± 0.5	3.2 ± 0.1
		p<0.05 ³⁾	NS	NS	NS
직 업	무	136.1 ± 5.1	30.0 ± 1.4	9.6 ± 0.4	3.1 ± 0.1
	유	99.7 ± 6.3	24.9 ± 1.3	8.3 ± 0.6	2.6 ± 0.2
		p<0.001	p<0.05	NS	p<0.05
가정의 월수입	60만원 이하	68.8 ± 8.0	26.1 ± 2.0	8.6 ± 1.4	2.7 ± 0.4
	60-100만원	122.6 ± 9.0	28.3 ± 2.3	8.9 ± 0.6	3.1 ± 0.2
	100-200만원	128.3 ± 5.5	28.2 ± 1.6	9.4 ± 0.5	3.0 ± 0.1
	200-300만원	129.5 ± 11.0	30.7 ± 2.9	8.6 ± 0.8	3.1 ± 0.4
	300만원 이상	136.2 ± 22.0	29.6 ± 3.4	10.5 ± 1.6	2.6 ± 0.4
		p<0.1	NS	NS	NS
평 균		117.9 ± 5.7	28.6 ± 1.1	9.2 ± 0.3	3.0 ± 0.1

- 1) 평균±표준편차
- 2) NS: F검정 결과 유의적인 차이가 없었다.
- 3) F 검정결과 각 수준에서 유의적인 차이가 있었다.

〈표 4〉 도시락 반찬실태

순 위	자녀가 좋아한다고 생각하는 반찬	실제로 자주 싸주는 반찬
1	햄·소시지	김 치
2	불고기	김
3	튀 김	햄·소시지
4	장조림	오징어포
5	김 치	계 란
6	김	튀 김
7	오징어포	장조림
8	계 란	불고기
9	참치붕조림	멸 치
10	감 자	감 자

타민은 두 연구에서 비슷하게 60-70%선으로 섭취하고 있었다. 이렇게 도시락으로 공급받는 영양상태가 동물성 단백질은 충족시키지만 다른 영양소는 부족하여 전체적으로 양호하지 않은 것으로 나타나는 것은¹⁶⁾ 도시락은 휴대에 편리함을 위주로 하여 밥을 담은 후에 부식은 밥을 먹기위해 마르고 짠것으로 준비하며, 맛이 쉽게 변하거나 비린내가 나는 것, 국물이 흐르는 것등을 피해야 하므로¹⁷⁾ 음식의 종류가 햄·소시지, 장조림, 계란등으로 제한을 받아 식품의 다양성이 부족하기 때문이라고 지적할수 있다.

이렇게 하루의 음식섭취의 1/3을 차지하는 도시락의 경우 제한된 음식을 접하게 되는 것은 식습관 형성에 바람직하지 않은 영향을 줄 것으로 사료된다. 식습관은 아동기에 형성되어 청소년기에 결정되어져

그 이후의 식습관에 많은 영향을 주며¹⁵⁾ 올바른 식습관은 체위나 건강상태 뿐 아니라 정신적인 성장에 영향을 준다.¹⁶⁾ 그런데 정등⁸⁾ 등의 연구에서 경험하지 않은 식품에 대해서는 기호도가 떨어진다고 보고하고 있으므로 아동기에 다양한 식품을 접하게 함으로써 성장에 적합한 영양섭취와 올바른 식습관의 형성을 유도하는 노력이 요구되어지고 있다.

도시락 반찬으로 편이식품의 이용도는 <표 5>에 제시되어 있는데 냉동식품은 1주일에 1회정도 사용하며 레토르트식품과 만들어 파는 음식은 거의 사용하지 않은 것으로 나타났다.

<표 5> 편이식품 이용도

편 이 식 품	이 용 도 ¹⁾
냉동 식품	3.93 ± 0.09 ²⁾
레토르트 식품	4.87 ± 0.03
만들어 파는 음식	4.51 ± 0.07

1) 편이식품의 이용도는 매번은 1점, 주3회 2점, 주2회 3점, 주1회 4점, 이용하지 않는다를 5점으로 하여 계산하였음

2) 평균 ± 표준오차

4) 도시락 준비시 고려점

<표 6>에는 도시락준비시 고려점을 제시하였다. 주부들은 도시락을 준비할 때 아동의 기호도, 영양가, 조리의 간편성, 경제성, 외관등의 순으로 중요하게 생각하고 있었다. 아동의 기호도를 가장 먼저 생각하는 것은 <표 4>의 경우 실제로 주부들이 싸주는 반찬에서도 잘 나타나고 있다. 그리고 2위인 영양가와 3위인 조리의 간편성과의 점수차이가 많은 것으로 보아 준비에 드는 본인의 수고보다는 영양적인 면을 훨씬 중요하게 생각하고 있었다. 이¹⁶⁾의 연구에서도 도시락 준비시 기호, 영양가순으로 중요하게 생각하고 있었다.

5) 도시락 준비에 대한 생각

<표 7>에는 도시락 준비에 대한 생각을 수록하였다. 도시락 준비에 대한 생각은 전체적으로 65%정도가 '귀찮지만 의무로 생각한다'거나 '보통이다'로

<표 6> 도시락 준비시 고려점

고 려 점	고려 정도
아동의 기호도	4.13 ± 0.08 ¹⁾
영 양 가	4.09 ± 0.07
조리의 간편성	2.92 ± 0.08
경 제 성	2.24 ± 0.08
모양, 색, 냄새등 외관	1.60 ± 0.06

1) 평균 ± 표준오차

응답한 반면에 30%가 '즐겁다', '즐겁지만 할 시간이 없다'라고 답하여 전반적으로 도시락을 준비하는 것을 부담스러워하는 것으로 나타났다. 특히 30-40대는 60%이상이 도시락준비를 보통이거나 귀찮게 여기는 반면 50대의 경우는 즐거워하고 있는 것으로 나타났다.

3. 학교급식에 대한 의견 및 그 이유

학교급식 실시에 대해서 주부의 92%가 찬성하고 있었는데 그 이유는 '계획된 식단으로 영양섭취에 도움이 되기 때문'이 가장 많은 응답으로 나왔다. 그런데 이¹⁶⁾의 연구에서 도시락을 준비할때 어려움을 느끼는 순위는 영양, 기호, 시간순으로 나타나, 영양적으로 균형된 도시락을 준비하는데 어려움을 느끼는 것으로 보고하였다.

아동들의 경우는 학교급식을 찬성하는 비율이 75%로 어머니의 경우보다는 낮았다. 아동들이 학교급식을 찬성하는 이유는 '어머니가 편해지기 때문'이 62.7%로 가장 많았으며 '가방이 가벼워지기 때문에'를 2위로 응답하였다. 그리고 학교급식을 반대하는 이유는 '집에서 싸주는 도시락이 더 맛이 있기 때문'이라는 응답이 80%로 집에서 싸주는 음식에 대한 선호도가 더 높게 나타났다. 그런데 학교급식에 대한 경험이 있는 학생들이 경험이 없는 학생들에 비해 학교급식을 찬성하는 비율이 높았다는 보고¹⁶⁾가 있는 것으로 보아 이는 학교급식을 접하지 않은 학생들이 급식에 대한 막연한 거부감을 가지고 있기 때문이 아닌가 사료된다.

〈표 7〉 도시락준비에 대한 생각

변 수		귀찮지만 의무라고 생각	보통이다	즐겁지만 할 시간이 별로 없다	즐겁다	기 타	인원수(%)
연 령	30대	19(22.9)	32(38.6)	8(9.6)	21(25.3)	3(3.6)	p<0.05
	40대	33(35.9)	31(33.7)	11(12.0)	11(12.0)	6(6.5)	
	50대	0(0.0)	0(0.0)	1(25.0)	3(75.0)	0(0.0)	
학 령	국졸이하	1(33.3)	1(33.3)	0(0.0)	1(33.3)	0(0.0)	NS
	중 졸	6(25.0)	8(33.3)	4(16.7)	6(25.0)	0(0.0)	
	고 졸	26(37.1)	25(35.7)	9(12.9)	8(11.4)	2(2.9)	
	대졸이상	18(26.5)	24(35.3)	5(7.4)	15(22.1)	6(8.8)	
직 업	무 유	38(28.6)	51(38.3)	10(7.5)	26(19.5)	8(6.0)	p<0.1
	유	15(32.6)	11(23.9)	10(21.7)	9(19.6)	1(2.2)	
자녀수	1명	7(24.1)	9(31.0)	5(17.2)	5(17.2)	3(10.3)	NS
	2명	33(29.5)	42(37.2)	10(8.9)	22(19.6)	5(4.5)	
	3명	10(30.3)	11(33.3)	5(15.2)	6(18.2)	1(3.0)	
	4명이상	2(40.0)	1(20.0)	0(0.0)	2(40.0)	0(0.0)	
합 계		52(29.1)	63(35.2)	20(11.2)	35(19.6)	9(5.0)	

〈표 8〉 급식에 대한 의견

대상	어 미 니		아 동	
	의견	찬 성 반 대 기 타	165(91.7) 6(3.3) 9(5.0)	찬 성 반 대 기 타
찬성 이유	계획된 식단으로 영양섭취에 도움됨	105(61.8)	어머니가 편하므로	89(62.7)
	도시락 준비에 드는 시간과 노력이 절약	45(26.5)	도시락보다 더 맛있을것 같으므로	10(7.0)
	가방이 가벼워져 아동발육에 도움됨	10(5.9)	가방이 가벼워지므로	40(28.2)
	아동의 사회성 발달에 도움됨	10(5.9)	친구들과 더 친해질수 있을것 같아서	3(2.1)
반대 이유			도시락이 더 맛있어서	32(80.0)
			친구들과 같은 음식을 먹기 싫어서	1(2.5)
			집심을 먹으며 식당에 가기 귀찮아서	3(7.5)
			깨끗하지 않아서	4(10.0)

IV. 요약 및 결론

본 연구는 서울시내에 거주하고 있는 주부와 그의 자녀들을 대상으로 도시락 준비실태와 학교급식에 대한 의견을 알아보고자 실시하였다.

조사된 결과를 요약하며 다음과 같다.

1. 조사대상주부는 대부분 30-40대였으며 80%이

상이 고졸학력을 가졌으며 직업을 가진 주부가 26.1%였다.

2. 대상자의 88.9%가 매번 도시락을 준비하였으며 매번 주식으로 밥을 싸주는 것이 80%였으며 그 다음으로 빵을 준비해주었다.

3. 1일 총 식사준비에 소요되는 시간은 1시간 58 분이고 준비하는 반찬의 가짓수는 9가지 정도였다.

도시락준비에 드는 시간은 28.6분이었으며 도시락반찬의 가짓수는 3가지 정도였다. 그리고 직업이 있는 주부가 없는 주부에 비해 도시락준비에 드는 시간과 반찬의 가짓수가 유의적으로 낮았다.

4. 도시락반찬으로 자주 싸주는 음식은 김치, 김, 햄, 오징어포, 계란순으로 종류에 있어서 아동의 기호와 유사하였다. 반찬의 질을 보면 김치이외에는 채소의 이용이 거의 없었으며 주로 동물성 급원이 이용되는 것으로 나타났다.

5. 도시락준비시 기호도, 영양가, 조리의 간편성, 경제성, 외관의 순으로 고려하고 있었다.

6. 학교급식의 실시에 대해서 대상주부의 92%, 아동의 75%가 찬성하고 있었으며 주부가 찬성하는 이유로는 '계획된 식단으로 영양섭취에 도움이 되기 때문'으로 나타났다.

이상의 결과를 종합해 보면 현재의 가정에서 준비하는 도시락은 자녀의 기호를 우선으로 하여 제한된 음식만을 사용하고 있었으며 조사대상 주부들은 자녀의 균형된 영양섭취를 위해서 학교급식을 찬성하는 것으로 나타났다. 성장기에 있는 아동들에게 다양한 식품과 조리법으로 균형된 식단을 제공하는 것은 국민건강의 가장 기본적인 과제라고 할 수 있다. 그러므로 학교급식의 조기실시를 위한 정부의 정책적인 지원과 실제적인 실천이 시급하다고 사료된다.

【참고문헌】

- 1) 조성숙, 정효숙 : 경남지역 국민학교아동의 도시락영양실태에 대한조사 연구. 한국가정학회지 25(3), 1987, 49-61.
- 2) Leitch, I : Growth, heredity and nutrition, Eugenic Rew. 51, 1959, 155.
- 3) 김상애 : 급식어린이의 식생활에 대한 고찰. 한국영양학회지 21(4), 1988, 223-231.
- 4) Collos, W.R.F. and Magaret J : Multifactorial causation of malnutrition and retarded growth and development, malnutrition, learning and behavior, Cambrige, the M.T.T. press, 1967, 55.
- 5) 원재희 : 특수영양학. 수학사, 1978, 147.
- 6) 이주희 : 진주지역 국민학교 5학년아동의 도시락에 의한 영양섭취에 관한 조사연구. 한국영양학회지, 23(5), 1990, 237-328.
- 7) 안순례, 김경애 : 광주시내 여중생의 도시락영양실태의 식품기호 및 환경요인과의 관계. 대한가정학회지, 26(3), 1988, 53-68.
- 8) 정상진, 최선혜, 모수미, 이수정 : 서울시내 일부 저소득층 비급식학교 아동의 식생활에 관한 연구. 한국식문화학회지, 6(4), 1991, 361-380.
- 9) 박준교 : 우리나라 학교급식의 변천과 활성화방향에 관한 연구. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위 청구논문, 1987.
- 10) 박진옥 : 동촌지역 국민학교 급식아동의 성장발달과 식습관. 국민영양, 통권 143호, 1988(11), 24-29.
- 11) 체육부 학교체육과 : 국민영양, 통권 92호, 1987(10), 33.
- 12) 이원보 : 학교급식 공동관리의 문제점과 개선방향. 국민영양, 통권 146호, 1993(3), 14-19.
- 13) 김우경 : 주부들의 식생활에 대한 관심도와 조리원리 및 조리방법 지식에 관한 연구. 한국식문화학회지, 7(2), 1992, 157-171.
- 14) 임영희 : 도시지역(대전) 일부 국민학교 아동의 도시락실태 조사연구. 한국영양학회지, 11(4), 1978, 39-50.
- 15) 이향자, 천종희 : 아동의 식습관 및 식품기호와 성격특징과의 관계연구. 대한가정학회지, 1989, 85-95.
- 16) 이원보 : 도시락의 실태 및 학생의 식생활에 대한 조사 - 학생과 학부모대상 -. 국민영양, 1988(11), 30-34.