

쌀 소비가 줄고 있다

쌀 소비 촉진 캠페인에도 불구하고 우리나라 사람들의 쌀 소비량이 해를 거듭할수록 계속 줄어들고 있다. 농림부에서 발표한 자료를 보면 올해 우리나라 1인당 쌀 소비량은 87.3kg 정도에 그칠 것으로 전망됐다. 이는 연간 쌀 소비량이 사상 처음으로 90kg 미만으로 떨어진 지난해(88.9kg)에 비해 2% 가량 더 감소한 수치이다. 1인당 쌀 소비량이 정점을 기록한 지난 1979년 135.6kg의 64%에 불과한 것이다.

우리나라 1인당 쌀 소비량은 92년 112.9kg, 96년 104.9kg, 2000년 93.6kg 등으로 해마다 감소추세를 보이고 있다. 게다가 인구증가율까지 낮아지면서 국민 총 쌀 소비량도 계속 줄어 90년 544만 톤이던 것이 올해는 510만 톤으로 감소할 것으로 추정되고 있다. 이같은 결과에 대해 전문가들은 쌀에 대한 애정이 예년만 못하기 때문에 쌀 소비량이 결국에는 일본의 쌀 소비량 수준인 1인당 65.1kg까지 줄어들 것이라는 조심스런 예상을 내놓고 있다.

쌀 소비 격감 원인은 식생활의 서구화

쌀 소비 감소의 가장 근본적인 원인은 우리 식생활의 서구화에 있다. 인스턴트 음식과 패스트 푸드가 확산되면서 어린이와 청소년에게는 '주식=쌀'이란 공식이 사라졌다. 밥과 김치는 마지못해 먹어야 하는 음식이고 피자 와 햄버거는 언제든지 즐겁고 맛있게 먹을 수 있는 음식으로 변했다.

실제로 국민들 특히 젊은이들의 쌀 외면현상은 매

우 심각하다. 보건복지부가 98년에 조사한 국민건강 보고서에 따르면 조사대상자의 35%가 시간이 없다는 이유등으로 아침 식사를 거르고 있다.

특히 초등생의 34.3%, 중고생의 46.3%가 아침을 거르고 있으며 20대인 대학생과 직장 초년생들은 전체의 절반이 넘는 59.4%가 결식해 젊은이들의 아침 식사 외면이 쌀 소비 하락의 한 요인으로 나타났다.

아침식사 거르면 집중력, 사고력 떨어져

이처럼 아침 식사 결식률이 높아지고 패스트 푸드를 선호하면 국민 건강은 영양 불균형이 심화되고 특히 어린이는 소아 비만이나 소아 성인병이 증가하게 된다고 전문의들은 조언한다.

아침식사를 거르면 두뇌회전이 느려지고 집중력과 사고력이 떨어진다. 두뇌활동에 필수적인 포도당이 부족해지기 때문이다. 또한 불안, 우울증세가 생기며 점식을 과식하게 돼 체중이 늘기 쉽다.

쌀은 탄수화물, 단백질, 미네랄, 비타민 등 영양소가 골고루 들어있다. 서양인의 주식인 밀과 비교해봐도 쌀은 고마운 식품이다. 암을 방지하고 피속의 콜레스테롤을 낮추는데 쌀이 밀보다 우수하다는 것이 동물실험에서 입증됐다.

쌀 소비가 줄면서 재고량은 눈덩이처럼 불어나고 있다. 농림부는 올해 재고 전망치를 1,040만섬으로 보고 있다. 이는 국제식량기구(FAO)의 권장 재고량 600만섬에 비해 400만섬이나 초과하는 수치이다. 이

에 따라 쌀 보관에 들어가는 비용만도 연간 1,000억원 상당의 돈이 들고 있다.

아침에 쌀밥먹기 생활화해야

‘쌀이 남아돈다, 쌀 재고량이 창고에 넘쳐난다, 쌀값 하락에 농민들이 불안해하고 있다’는 뉴스가 보도되자 각 지방자치단체에서는 농민들을 돕기 위해 쌀 소비에 앞장서고 있다.

우리모두가 범국민운동 차원에서 아침에 쌀밥 먹기, 자녀에게 햄버거 대신 쌀밥 주기, 빵이나 과자 대신 우리 떡 먹기, 식혜 등 우리 음료와 쌀로 만든 막걸리 마시기 등을 생활화하지는 것이다.

쌀 산업을 이끌어 나가고 있는 농림부와 농협에서도 쌀에 대한 관심을 유도하고 친숙한 이미지를 높이기 위해 쌀 소비 확대 운동본부를 발족하고 지속적인 쌀 소비 캠페인을 벌이고 있다. 지난 연말에는 러브 미(米) 크리스마스 행사를 통해 다양한 쌀요리를 선보이는 등 쌀의 소비를 늘리는데 적극 앞장서고 있다.

그러나 쌀을 ‘더 먹기’ 운동보다는 ‘맛있게 먹기’ 운동을 벌여야 한다는 주장이 설득력을 얻고 있다. 그렇게 하기 위해서는 초·중·고등학교에서 실시되는 학교 급식을 통해 우리 쌀이 맛이 있다는 사실을 적극적으로 홍보해야 한다. 가장 품질이 좋은 쌀로 가장 맛있게 지은 밥을 어린이들에게 먹여 우리 쌀이 얼마나 맛있는

패스트 푸드에 비해 지방함량이 적어 비만해결에도 오히려 도움이 되는 쌀밥이 건강에도 좋다는 점을 소비자에게 충분히 알려야 한다. 청소년들에게도 우리 전통식단의 우수성을 잘 이해시켜 나간다면 21세기에도 밥과 김치중심의 우리 전통 식문화가 계속 유지될 뿐만 아니라 민족의 생명산업인 농업의 미래도 한층 밝아질 것이다

가를 알려야 한다.

마찬가지로 젊은이라면 누구나 거쳐야 할 군대에도 같은 이유로 가장 좋은 쌀을 공급해야 한다. 그렇지 않아도 밥에 거부감이 있는 어린이와 청소년들에게 질이 낮거나 묵은 쌀로 지은 맛없는 밥을 먹인다면 밥은 곧 맛없는 음식이라는 낙인을 찍게돼 밥을 기피하게 되기 때문이다.

아울러 쌀이 곧 밥이라는 인식 역시 깨뜨려야 할 부분이다. 쌀을 이용한 다양한 음식개발을 통해 쌀의 활용 가능성을 높여야 한다.

또 쌀 소비를 늘리기 위한 장기적인 대책은 최고의 밥맛을 낼 수 있는 고급미의 생산과 유통이 있어야 할 것이다.

패스트 푸드에 비해 지방함량이 적어 비만해결에도 오히려 도움이 되는 쌀밥이 건강에도 좋다는 점을 소비자에게 충분히 알려야 한다. 청소년들에게도 우리 전통식단의 우수성을 잘 이해시켜 나간다면 21세기에도 밥과 김치중심의 우리 전통 식문화가 계속 유지될 뿐만 아니라 민족의 생명산업인 농업의 미래도 한층 밝아질 것이다. **7**



이광호 · KBS 해설위원