

농촌 주민의 사회경제적 수준에 따른 식생활 습관과 태도

최정숙·강현주
농촌진흥청 농촌자원개발연구소

Eating Habits and Attitudes of Adults in the Rural Area by Socioeconomic Factors

Choe, Jeong Sook · Kang, Hyun Joo

Rural Resources Development Institute, RDA, Suwon, Korea

ABSTRACT

The purpose of this study was to identify the eating habits and attitudes by socioeconomic factors (sex, age, educational level and annual family income) of adults in rural areas. The survey was administered by the nationwide 580 adult persons in rural in February 2001. The survey was conducted by a questionnaire that was composed of 20 items of likert-type scale. These data were analyzed by using SPSS (version 10.0) PC package and were expressed by mean and frequency. The results are following : 1) The degree of efforts to eating safe and fresh food were significantly different according to age ($p < 0.05$), educational level ($p < 0.001$) and annual family income ($p < 0.001$). 2) The degree of efforts to nutritional balanced diet were significantly different by age ($p < 0.05$) and annual family income ($p < 0.001$). 3) The concern about overeating of energy · salt · fat were increased as the educational level goes up ($p < 0.001$). 4) Meal regularity was more regular as age goes up ($p < 0.05$). 5) Regarding for eating a variety of food were differed significantly by age ($p < 0.05$) and educational level ($p < 0.01$). 6) There are significantly different in duration of meal time of the subjects by sex ($p < 0.001$), age ($p < 0.05$) and educational level ($p < 0.01$). 7) Preference for snacks was significantly different by age ($p < 0.05$) and educational level ($p < 0.01$). 8) There were significant differences in preference for processed foods ($p < 0.001$) and frequency of using a chemical seasoning in cooking ($p < 0.05$) of the subjects by educational level. 9) As the age ($p < 0.001$) goes up and the educational level ($p < 0.001$) and annual family income ($p < 0.001$) goes down, they did not recognize the necessity for improving eating habits. According to these results, there were differences in eating habits between socioeconomic characteristics group in rural area. Therefore, this study can be used as basic data for specific nutritional intervention program in rural areas.

Key words: eating habits and attitudes, socioeconomic factors, rural adult

I. 서 론

우리나라는 경제발전을 이루면서 산업화에 의해 농촌인구가 도시로 이동하는 현상이 심화되었으며 젊은 연령층의 도시 인구집중화로 인해 농촌인구는 점차 감소하여 노인인구의 밀도가 높아지는 농촌인구 고령편중 현상이 두드러지고 있다. 또한 젊은 노동인구의 도시 이동으로 농촌과 도시의 사회경제적 차이는 더욱더 커지고 이러한 소득 격차는 도시와 농촌의 식생활 패턴의 변화에 큰 영향을 미치고 있는 것이 사실이다. 소득이 낮은 농촌에서는 주로 식품공급을 자급자족에 의존하고 있으며 식품의 다양한 선택이 어렵고, 계절적인 요인의 영향을 많이 받아 식습관이 편중되기 쉽고 종래의 식습관을 고수하는 경향이 있다(문헌경 등 2002). 또한 농촌의 노인인구 부양비 및 노령화가 가속화됨에 따라 농촌인구의 노동력 관리, 질병 관리 등이 심각한 문제로 대두됨에 따라 농촌의 삶의 질을 높이기 위해서는 식생활관리가 중요하다고 하였다(박송이 등 1999).

식생활에 영향을 미치는 요인으로는 가정의 사회경제적 수준, 학력, 가족형태 등이 고려되고 있는데 특히 사회경제적 수준과 건강관련성 선행 연구들에서 사회경제적 수준의 차이가 식생활의 차이와 무관하지 않음을 밝히고 있다(김선미 1997; 박혜련 등 1997; 이건순·유영상 1992; Arija et al. 1996; James et al. 1997; Roos et al. 1996; Smith et al. 1992). 또 농촌지역 노인의 생활 실태 조사 연구(윤복자 등 1990)에 의하면 경제여건이 균형 있는 영양섭취에 영향을 미치는 것으로 나타나 열악한 농촌 환경과 더불어 도시보다 상대적으로 식습관에 대한 가치관이 낮은 농촌 거주 노인을 대상으로 하는 영양교육 프로그램의 설정이 요구된다고 하였다.

본 연구는 농촌 주민의 식습관 및 식생활 태도를 조사하여 농촌주민의 사회경제적 차이가 식생활 습관에 미치는 영향을 파악하여 식생활 개선을 위한 합리적인 목표 설정의 기초 자료를 제공하고자 실시하였다.

Table 1. Demographic variables of subjects

Characteristics		Respondents (%)
Sex	Male	292(50.4)
	Female	287(49.6)
Age	20-29	36(6.2)
	30-39	64(11.1)
	40-49	115(19.9)
	50-59	111(19.2)
	≥60	252(43.6)
Educational level	Uneducated	117(20.3)
	Primary	210(36.5)
	Middle	99(17.2)
	High	119(20.7)
Annual family income (Unit: ₩10,000)	College [*]	31(5.4)
	<1,000	279(48.7)
	1,000-1,999	159(27.7)
	2,000-2,999	78(13.6)
	3,000-3,999	35(6.1)
≥4,000	22(3.8)	
Total		580(100)

II. 연구방법

1. 조사대상

본 연구의 조사대상자는 20세 이상의 전국 농촌 거주자로, 농촌자원개발연구소에서 「농촌생활지표」 조사를 위하여 표본으로 추출한 187개 행정리 중 60마을(1-187번까지 일련번호를 부여한 뒤 3의 배수에 해당하는 지역)을 선정하여 마을당 10명씩(가구명부의 홀수가구는 남자, 짝수가구는 여자) 모두 600명을 대상으로 농촌자원개발연구소에서 임명한 조사요원이 조사하였다. 이중 부적절한 조사대상자와 결측치가 많은 경우를 제외한 580부를 최종자료로 활용하였다.

2. 조사방법

조사기간은 2001년 2월 12일부터 2월 25일까지(14일간) 실시하였으며 직접면접과 자기기입방법을 병행하여 조사하였다. 조사내용 중 사회경제적 특성으로는 성별, 연령, 직업, 가족형태, 소득수준 등을 조사하였고, 식습관 및 태도는 안전하고 신선한 식품섭취 노력, 영양적 균형고려, 짠맛·매운맛·가공식품 기호도, 화학조미료 사용정도, 식사시간의 규칙성, 식사속도, 식품섭취의 다양성, 식생활

개선의 필요성 등에 대한 문항을 포함하였다.

3. 자료분석

수집된 자료는 Windows SPSS version 10.0 프로그램을 이용하여 분석하였으며 분석변수는 성별, 연령, 교육수준, 소득수준으로 하고, 각 계층별로 짠맛·매운맛·가공식품 기호도, 화학조미료 사용정도, 식사시간의 규칙성, 식품섭취의 다양성, 식품에 대한 관심도 등을 이용하여 GLM Analysis를 실시하였다. 각 사회경제적 변수에 대한 식태도의 정확한 차이를 측정하기 위하여 각 사회경제적 지표마다 별도의 공변량(covariate)을 지정하여 성별(연령, 교육수준, 직업, 가족형태, 소득수준), 연령계층별(성별, 교육수준, 직업, 가족형태, 소득수준), 교육수준(성별, 연령, 직업, 가족형태, 소득수준), 소득수준(성별, 연령, 교육수준, 직업, 가족형태)에 따라 분석하였다. 유의적인 차이는 $\alpha=0.05$ 수준에서 검증하였으며 95% confidence interval을 더불어 제시하여 경향을 파악하였다.

III. 결과 및 고찰

1. 조사대상자의 사회경제적 특성

조사대상자의 사회경제적 특성은 Table 1과 같다. 남녀 성비율이 비슷(남자 50.4%, 여자 49.6%)하였고, 연령대별 비율은 주로 노인계층이 거주하는 관계로 60세 이상 노인의 비율이 43.6%로 가장 높았다. 교육정도는 초등학교가 36.5%로 가장 많았고 전문대졸이상이 5.4%로 학력수준이 낮은 편이었다. 연간 총소득이 1000만원 미만인 경우가 48.7%로 가장 높게 나타난 반면, 3000만원 이상의 경우는 전체 응답자중 9.9%로 그 비율이 낮았다.

2. 안전하고 신선한 식품에 대한 섭취 경향

Table 2에서 보여주듯이 남녀간에는 안전하고 신선한 식품을 섭취하려는 경향이 여자가 남자에 비해 높지만, 유의적인 차이는 없었다. 연령에 따른 안전하고 신선한 식품섭취에 대한 경향은 계층에 따라 유의적인 차이가 나타났는데 특히, 20대와 60대 이상에서는 다른 연령대에 비해 낮게

나타났다. 교육수준에 따라서는 교육수준이 높을수록 안전하고 신선한 식품을 섭취하려는 경향이 높게 나타난 반면, 전문대졸 이상에서 약간의 감소를 보이며 계층간 유의성을 보였다. 연간 총수입 정도에 따라서는 1,000만원 이상 3,000만원 미만인 계층이 안전하고 신선한 식품에 대한 섭취

Table 2. Regarding for eating safe and fresh food by socioeconomic factors

Characteristics	Mean±S.E ¹⁾	95% CI ²⁾	
		Lower	Upper
Sex ³⁾	Male	3.07±0.04	2.98-3.16
	Female	3.17±0.04	3.08-3.26
P.		0.125	
Age ⁴⁾	20-29	2.78±0.14 ^{a7)}	2.51-3.06
	30-39	3.21±0.10 ^b	3.01-3.41
	40-49	3.15±0.07 ^b	3.01-3.29
	50-59	3.23±0.07 ^b	3.09-3.37
	≥60	3.09±0.05 ^{ab}	2.97-3.20
P.		0.026 [*]	
Educational level ⁵⁾	Uneducated	2.77±0.08 ^a	2.61-2.93
	Primary	3.17±0.05 ^b	3.06-3.27
	Middle	3.23±0.07 ^b	3.09-3.37
	High	3.30±0.07 ^b	3.15-3.45
College ⁶⁾	3.04±0.15 ^{ab}	2.73-3.35	
P.		0.000 ^{***}	
Annual family income ⁶⁾	<1,000	3.00±0.04 ^a	2.90-3.09
	1,000-1,999	3.27±0.05 ^b	3.16-3.38
	2,000-2,999	3.26±0.08 ^b	3.10-3.42
	3,000-3,999	3.06±0.12 ^{ab}	2.82-3.30
₩10,000	≥4,000	3.17±0.15 ^{ab}	2.87-3.47
P.		0.005 ^{**}	

4-Point Likert Scale(4: consider very much, 1: consider little)

- 1)S.E: Standard Error
- 2)CI: Confidence Interval
- 3)Adjusted for age, educational level, occupation, family type, and annual family income
- 4)Adjusted for sex, educational level, occupation, family type, and annual family income
- 5)Adjusted for age, sex, occupation, family type, and annual family income
- 6)Adjusted for age, sex, educational level, occupation and family type
- 7)Means with different superscripts within a column are significantly different

*p<0.05 **p<0.01 ***p<0.001

경향이 강하였고, 계층별로 유의한 차이를 보였다($p<0.01$). 중년기의 식습관에 대한 연구(황춘선 등 1991)에서 성별, 지역별로 식품첨가물에 대한 주의(색소, 방부제, 농약 등) 정도를 조사한 바로는 남자가 여자보다 식품첨가물에 대해서 더 조심하였으며, 식품위생에 대한 소비자 인식도 조사(김효정·김미라 2003)에서 잔류농약에 대한 관심도가 남자보다 여자가 높았으며($p<0.05$) 연령이 높아질수록 관심정도가 증가하였다($p<0.05$).

3. 식사의 영양적 균형 고려정도

식사의 영양적 균형에 대한 인식의 차이(Table 3)에서는 성별에 따른 차이는 보이지 않았으나 연령이 증가할수록 영양적으로 균형 잡힌 식사를 하려고 노력하고 있었다. 그러나 실제로 영양소

Table 3. The degree of regarding for nutritional balance in meal by socioeconomic factors

Characteristics	Mean±S.E	95% CI	
		Lower	Upper
Sex	Male	2.63±0.04	2.55-2.72
	Female	2.68±0.04	2.60-2.77
P.		0.443	
Age	20-29	2.25±0.13 ^{a1)}	1.98-2.52
	30-39	2.56±0.09 ^b	2.37-2.76
	40-49	2.56±0.07 ^b	2.42-2.70
	50-59	2.72±0.06 ^{bc}	2.59-2.85
	≥60	2.76±0.05 ^c	2.65-2.87
	P.		0.029*
Educational level	Uneducated	2.35±0.08 ^a	2.20-2.51
	Primary	2.60±0.05 ^b	2.50-2.71
	Middle	2.71±0.07 ^b	2.57-2.85
	High	2.94±0.07 ^c	2.79-3.09
	College ⁺	2.90±0.15 ^{bc}	2.59-3.20
P.		0.000***	
Annual family income (Unit: ₩10,000)	<1,000	2.57±0.04	2.48-2.66
	1,000-1,999	2.73±0.05	2.62-2.84
	2,000-2,999	2.77±0.08	2.61-2.93
	3,000-3,999	2.78±0.11	2.55-3.01
	≥4,000	2.63±0.15	2.34-2.93
P.		0.139	

4-Point Likert Scale(4: consider very much, 1: consider little)

1)Means with different superscripts within a column are significantly different

* $p<0.05$ *** $p<0.001$

섭취량을 조사한 연구에서는 본 연구에서의 인식과 상반된 결과를 나타내고 있다. 예를 들면 임경숙(2001)의 연구에서 남녀 모두 연령이 증가할수록 거의 모든 영양소의 섭취가 유의적으로 감소했고 전반적인 영양섭취의 질적수준인 MAR도 유의적으로 감소하였다($p<0.001$). 이정숙 등(1998)의 연구에서도 50세 이후 연령의 증가와 더불어 모든 영양소의 NAR값과 INQ값이 낮아지는 경향을 보였다.

교육 정도에 따라서도 계층별 유의한 차이를 보였으며($p<0.001$), 교육수준이 높을수록 식사의 영양적 균형에 신경 쓰는 정도가 높은 것으로 나타났다. 연간 총수입에 따라서는 계층별 유의적인 차이를 보이지 않았으나 연간 총수입이 4000

Table 4. Concerns about overeating of energy, salt and fat by socioeconomic factors

Characteristics	Mean±S.E	95% CI	
		Lower	Upper
Sex	Male	2.16±0.04	2.51-2.70
	Female	2.66±0.04	2.56-2.75
P.		0.496	
Age	20-29	2.34±0.15	2.04-2.64
	30-39	2.58±0.10	2.37-2.79
	40-49	2.54±0.07	2.38-2.69
	50-59	2.79±0.07	2.64-2.94
	≥60	2.66±0.06	2.54-2.78
P.		0.083	
Educational level	Uneducated	2.30±0.08 ^{a1)}	2.13-2.47
	Primary	2.66±0.05 ^b	2.55-2.78
	Middle	2.71±0.07 ^b	2.56-2.87
	High	2.77±0.08 ^b	2.61-2.94
	College ⁺	2.81±0.17 ^b	2.47-3.14
P.		0.003**	
Annual family income (Unit: ₩10,000)	<1,000	2.52±0.05	2.42-2.62
	1,000-1,999	2.71±0.06	2.59-2.83
	2,000-2,999	2.80±0.09	2.62-2.97
	3,000-3,999	2.74±0.13	2.48-3.00
	≥4,000	2.65±0.16	2.32-2.98
P.		0.073	

4-Point Likert Scale(4: consider very much, 1: consider little)

1)Means with different superscripts within a column are significantly different

** $p<0.01$

만원 미만의 계층에서는 수입이 증가할수록 영양적 균형에 신경을 쓰는 경향을 보였다.

4. 칼로리, 염분, 지방의 과다섭취에 대한 인식
여러 가지 질병의 원인이 되는 칼로리·염분·지방의 과다섭취에 대해 염려하는 정도는 남녀, 연령계층간에 차이를 보이지 않았으나, 여자가 남자에 비해 다소 높은 염려정도를 나타내었다(Table 4). 반면, 교육수준이 증가할수록 칼로리, 염분, 지방을 적게 섭취하려는 인식이 유의적으로 높게 나타났다($p<0.01$). 이정숙 등(1998)과 이일하 등(2004)의 연구에서 총열량에 대한 지방섭취비는 연령이 증가될수록 유의적으로 낮아 지방섭취의 연령과의 상관성을 보고하였다. Birkimer & Bledsoe(1999)의 연구에서 지방, 소금의 섭취감소

는 관상동맥질환과 뇌졸중을 예방하기 위한 노력으로 보여진다고 하여 질병에 대한 염려에 따라 칼로리, 염분, 지방과 같은 건강과 밀접한 관련이 있는 영양소에 대한 섭취와의 연관성을 강조하였다.

5. 식사시간의 규칙성

Table 5에 식사시간의 규칙성에 대한 계층별 차이를 나타내었다. 성별에 따른 유의적인 차이는 없었으나, 여자가 남자보다 규칙적으로 식사하는 습관을 가지는 것으로 나타나 선행연구결과와 비슷한 양상을 보였다(황춘선 등 1991; 최경미 등 2003). 연령이 높을수록 규칙적으로 식사하는 습관을 가지는 것으로 나타났으며($p<0.05$) 식행동에 관한 선행연구에서도(안숙자·강순아

Table 5. Regularity of meal by socioeconomic factors

Characteristics		Mean±S.E	95% CI Lower-Upper
Sex	Male	2.76±0.05	2.66-2.86
	Female	2.84±0.05	2.73-2.94
P.		0.315	
Age	20-29	2.31±0.16 ⁽¹⁾	1.98-2.63
	30-39	2.58±0.11 ^a	2.35-2.81
	40-49	2.74±0.08 ^{ab}	2.57-2.90
	50-59	2.77±0.08 ^{ab}	2.61-2.93
	≥60	2.97±0.06 ^b	2.84-3.10
P.		0.011 [*]	
Educational level	Uneducated	2.62±0.09	2.44-2.81
	Primary	2.90±0.06	2.78-3.02
	Middle	2.77±0.08	2.60-2.94
	High	2.81±0.09	2.63-2.99
	College ⁺	2.77±0.18	2.41-3.13
P.		0.110	
Annual family income (Unit: ₩10,000)	<1,000	2.85±0.05	2.74-2.97
	1,000-1,999	2.75±0.06	2.62-2.89
	2,000-2,999	2.76±0.09	2.57-2.95
	3,000-3,999	2.67±0.14	2.39-2.96
	≥4,000	2.75±0.18	2.39-3.10
P.		0.744	

4-Point Likert Scale(4: do mostly, 1: do little)

1)Means with different superscripts within a column are significantly different

* $p<0.05$

Table 6. Regarding for eating a variety of food by socioeconomic factors

Characteristics		Mean±S.E	95% CI Lower-Upper
Sex	Male	2.92±0.04	2.84-3.00
	Female	2.88±0.04	2.80-2.96
P.		0.536	
Age	20-29	2.57±0.13 ⁽¹⁾	2.31-2.83
	30-39	2.77±0.09 ^{ab}	2.58-2.95
	40-49	2.98±0.06 ^b	2.84-3.11
	50-59	3.00±0.06 ^b	2.87-3.13
	≥60	2.90±0.05 ^b	2.80-3.00
P.		0.020 ^{**}	
Educational level	Uneducated	2.66±0.07 ^a	2.51-2.81
	Primary	2.96±0.05 ^b	2.86-3.06
	Middle	3.00±0.06 ^b	2.87-3.13
	High	2.96±0.07 ^b	2.82-3.10
	College ⁺	2.77±0.14 ^a	2.48-3.06
P.		0.002 ^{**}	
Annual family income (Unit: ₩10,000)	<1,000	2.86±0.04	2.78-2.95
	1,000-1,999	2.92±0.05	2.82-3.03
	2,000-2,999	2.99±0.07	2.84-3.14
	3,000-3,999	2.97±0.11	2.75-3.20
	≥4,000	2.71±0.14	2.43-3.00
P.		0.371	

4-Point Likert Scale(4: consider very much, 1: consider little)

1)Means with different superscripts within a column are significantly different

* $p<0.05$ ** $p<0.01$

1999; 이윤희·이건순 1995) 그러한 경향을 보였다. 교육수준에 따른 식사시간의 규칙성에서는 유의적인 차이가 없었다. 임경숙(2001)의 연구에서 영양불량군은 결식이 높고($p<0.05$), 여자노인의 경우 불규칙한 식사시간과 영양과의 상관성이 높은 것으로 보고하였다($p<0.001$).

6. 식품섭취의 다양성

식품섭취의 다양성에 대한 결과를 Table 6에 제시하였다. 연령이 높을수록 다양한 식품섭취에 대한 노력정도가 높아지는 경향을 보였고, 특히 20대가 식사시 고른 식품섭취에 대해 가장 무관심한 것으로 나타났다. 교육수준에 따라서는 무학력자와 전문대졸 이상인 사람이 식품을 골고루

섭취하려는 인식이 다른 계층에 비해 낮았다. 안숙자와 강순아(1999)의 연구에서는 교육수준이 높을수록 모든 식품을 골고루 섭취하는 빈도가 높고 교육수준이 낮은 여자노인들은 식사행동이나 식품섭취빈도 등에서 남자노인보다 좋지 않아 교육수준과 성별에 따른 차이를 나타내었다. 박송이 등(1999)의 농촌지역 주민의 식품섭취평가에 관한 연구에서 5가지 중요식품군의 섭취양상을 보면 하루에 모든 식품군을 섭취한 대상자는 5%에 불과했고 유제품군과 과일군을 섭취하지 않은 대상자는 33%나 되었다. 5가지 식품군을 모두 섭취하였더라도 어느 영양소의 경우 권장량을 충족할 만큼의 양을 섭취하지 못하는 경우가 많았다. 또 다른 연구(이심열 1997; 이심열·백희영 2000)에서는 남자보다는 여자가, 젊은 성인에 비해서는 노인의 식이섭취가 부적절하였고 섭취한 식품의 다양성이 증가함에 따라 식사의 질이 향상되며 식사내용이 다양한 사람에서 만성질환 발병이 적게 나타났다고 보고하였다. 임경숙(2001)의 연구에서도 음식을 다양하게 섭취하지 않았을 경우, 남녀 모두 영양불량군에 해당되어($p<0.001$) 다양한 음식섭취의 중요성을 강조하고 있다.

Table 7. Duration of meal time by socioeconomic factors

Characteristics		Mean±S.E	95% CI Lower-Upper
Sex	Male	1.70±0.04	1.62-1.79
	Female	1.95±0.04	1.86-2.03
P.		0.000***	
Age	20-29	1.69±0.13 ^{ab1)}	1.43-1.95
	30-39	1.67±0.09 ^b	1.48-1.86
	40-49	1.70±0.07 ^b	1.56-1.84
	50-59	1.72±0.06 ^b	1.59-1.85
	≥60	1.99±0.05 ^a	1.89-2.10
P.		0.006**	
Educational level	Uneducated	1.78±0.07 ^{ab}	1.62-1.93
	Primary	1.84±0.05 ^{ab}	1.74-1.94
	Middle	1.66±0.07 ^b	1.52-1.79
	High	1.90±0.07 ^{ab}	1.76-2.05
	College [†]	2.16±0.15 ^a	1.87-2.46
P.		0.012*	
Annual family income (Unit: ₩10,000)	<1,000	1.89±0.04	1.80-1.98
	1,000-1,999	1.78±0.05	1.67-1.89
	2,000-2,999	1.82±0.08	1.66-1.98
	3,000-3,999	1.73±0.11	1.50-1.96
	≥4,000	1.56±0.14	1.27-1.85
P.		0.244	

3-Point Likert Scale(3: very fast, 1: very slow)

1)Means with different superscripts within a column are significantly different

* $p<0.05$ ** $p<0.01$ *** $p<0.001$

7. 식사속도

Table 7은 식사속도 비교에 관한 결과로 남자가 여자보다 식사를 빨리 하였다($p<0.001$). 연령이 낮을수록 식사시간이 짧았고 연령이 높을수록 식사시간이 길었다($p<0.01$). 교육수준에 따라서도 계층별 유의성을 보였는데 전문대졸이상인 사람의 식사시간이 가장 길게 나타났다($p<0.05$). 연간 총수입에 따라서는 유의적인 차이가 없었다. 성별에 따른 식사속도의 차이는 최정숙 등(2003)의 연구와 동일하였고, 황춘선 등(1991)의 연구와는 다른 결과를 보였다.

8. 간식과 가공식품에 대한 기호도

1) 간식 기호도

간식에 대한 기호도 비교(Table 8)에서 남녀간에 차이가 없었으나, 연령에 따른 간식 기호도는 유의적인 차이를 보였다. 교육수준에 따른 간식 기호도도 유의적인 차이를 보였는데($p<0.01$) 전

Table 8. Preference for snacks and processed foods by socioeconomic factors

Characteristics		Snacks		Processed foods	
		Mean±S.E	95% CI	Mean±S.E	95% CI
			Lower-Upper		Lower-Upper
Sex	Male	3.17±0.05	3.06-3.29	2.43±0.05	2.32-2.54
	Female	3.21±0.05	3.10-3.32	2.44±0.05	2.33-2.55
<i>P.</i>		0.662		0.926	
Age	20-29	3.27±0.18 ^{a1)}	2.93-3.62	2.77±0.17	2.43-3.11
	30-39	2.86±0.12 ^b	2.61-3.10	2.49±0.12	2.25-2.73
	40-49	2.67±0.09 ^b	2.50-2.85	2.48±0.09	2.30-2.65
	50-59	2.78±0.09 ^b	2.61-2.95	2.37±0.08	2.21-2.54
	≥60	2.79±0.07 ^b	2.66-2.93	2.38±0.07	2.24-2.51
<i>P.</i>		0.035 [*]		0.393	
Educational level	Uneducated	2.63±0.10 ^a	2.43-2.82	2.08±0.10 ^a	1.89-2.28
	Primary	2.82±0.06 ^a	2.69-2.94	2.46±0.06 ^b	2.33-2.59
	Middle	2.83±0.09 ^a	2.65-3.01	2.45±0.09 ^b	2.28-2.63
	High	2.76±0.09 ^a	2.57-2.94	2.54±0.09 ^b	2.35-2.72
	College ⁺	3.49±0.20 ^b	3.12-3.87	3.10±0.19 ^c	2.72-3.49
<i>P.</i>		0.002 ^{**}		0.000 ^{***}	
Annual family income (Unit: ₩10,000)	<1,000	2.79±0.06	2.68-2.91	2.45±0.05	2.33-2.56
	1,000-1,999	2.83±0.07	2.68-2.97	2.50±0.07	2.37-2.64
	2,000-2,999	2.74±0.10	2.54-2.95	2.25±0.10	2.05-2.45
	3,000-3,999	2.91±0.15	2.60-3.21	2.47±0.15	2.17-2.76
	≥4,000	2.75±0.19	2.36-3.14	2.35±0.19	1.98-2.72
<i>P.</i>		0.959		0.321	

5-Point Likert Scale(5: like very much, 1: dislike very much)

1)Means with different superscripts within a column are significantly different

*p<0.05 **p<0.01 ***p<0.001

문대졸 이상인 사람이 다른 계층보다 간식 기호도가 유의적으로 높게 나타났고, 연간 총수입에 따라서는 차이가 없었다. 2001 국민건강·영양조사(2002)에서는 평소 간식 섭취를 하루에 1회 이상 하는 사람의 비율이 남자 76.1%, 여자 81.7%로 조사되었고, 연령별 비교에서도 연령이 증가할수록 간식을 섭취하는 비율이 일관되게 감소하였는데 60세 이상 노인의 경우 간식을 하지 않는 비율이 35.1%로 가장 높게 나타났다. 체형관리를 위한 식행동이거나 사회생활에 따른 간식섭취 기회의 감소나 지역과 대상에 따른 선호간식 구입의 편의성에 따른 차이로 해석될 수 있겠다.

2) 가공식품 기호도

가공식품에 대한 기호도는 성별에 따른 차이

는 나타나지 않았고, 연령이 낮을수록 가공식품을 선호하는 경향을 보였으나 유의적인 차이는 없었다. 교육수준에 따라서 유의적인 차이가 있었는데 무학인 경우에서 가공식품 기호도가 낮았던 반면, 전문대졸 이상에서 선호도가 높은 것으로 나타났다(p<0.001). 서경화와 윤혜현(2004)의 연구에서는 즉석 가공식품의 경우, 남자가 여자보다 선호하는 것으로 나타났으나(p<0.05), 본 연구에서는 성별에 따른 차이는 나타나지 않았다.

9. 조리시 화학조미료 사용정도

화학조미료 사용정도(Table 9)는 교육수준에 따라서 유의적인 차이가 있었고(p<0.05), 고졸학력자가 화학조미료를 가장 적게 사용한 반면, 초졸학력자가 가장 많이 사용하는 것으로 나타났다.

그 외 성별, 연령별, 연간 총수입에 따른 계층별 차이는 나타나지 않았으나, 연령이 높아짐에 따라 조리시 화학조미료 사용이 줄어드는 경향을 보이다가 60세 이상에서 약간의 증가를 보였다. 2001 국민건강·영양조사(2002)에 따르면 Na 섭취량에 기여하는 식품분류에서 남녀별로 연령에 따라 20세 이후부터 연령이 증가할수록 분말조미료를 통한 Na 섭취량이 2% 미만대로 꾸준히 증가하다가 65세 이상이 되면 남자 3.5%, 여자 2.5%로 증가하게 된다. 특히 65세전까지는 남자보다 여자가 분말조미료를 더 많이 섭취하는 것으로 조사되었으나 65세 이상 노인의 경우 여자보다 남자가 분말조미료를 더 많이 섭취하는 것으로 나타났다. 또한 황춘선 등(1991)의 연구에서도 남

자가 여자보다 화학조미료에 대한 주의가 높게 나타나 성별에 따른 차이를 보였다.

10. 짠맛과 매운맛에 대한 기호도

교육수준, 연간 총수입에 따라서 짠맛과 매운맛의 기호도에 차이가 없었던 반면, 연령이 증가함에 따라 짠맛에 대한 기호도는 유의적으로 증가하였고(p<0.001), 매운맛은 30대가 가장 선호하는 것으로 나타났다(p<0.05). 노인의 식습관 및 식사행동에 관한 연구(안숙자·강순아 1999)에서 짠음식 선호도는 여자보다 남자가 더 높았고 황춘선 등(1991)의 연구에서는 매운맛에 있어 남성의 기호가 여성에 비해 월등히 높게 나타나 좀더 자극적인 맛을 선호하는 것으로 조사되었다. 천종희 등(1994)의 연구에서는 남녀 모두에서 유익적으로 젊은이에 비해 노인의 기호도가 높게 나타났다(p<0.001). 농촌 지역 노인들의 열량영양소, 무기질 및 비타민 섭취량에 대한 연구에서는 거의 대부분의 영양소 섭취량이 부족하였던 반면, Na섭취는 영양소 기준치에 비해 높게 나타났고, 남자의 경우가 좀더 섭취가 많아 심혈관계질환에 대한 잠재적 위험요인으로 예상하였다(곽은희 등 2003a,b). 김경숙와 백희영(1992)의 연구에서는 중년 여성군이 젊은 여성군에 비해 짠맛에 대한 선호도도 높게 나타나 연령에 따른 기호도 변화의 본 연구결과와 유사하였다. 일반적으로 연령이 증가할수록 혀의 맛에 대한 감각이 둔화되어 짠맛을 더 선호하게 되는데 본 연구에서도 연령이 증가할수록 짠맛에 대한 선호도가 증가하였다(Cynthia 1997). 2001 국민건강·영양조사(2002)에 따르면 남녀 모두 연령이 증가함에 따라 섭취한 Na의 양이 꾸준히 증가하다가 50세 이상부터는 연령이 증가함에 따라 Na 섭취량이 감소하게 된다. 이는 연령이 증가함에 따라 식사량의 증가가 이루어지지만 50세 이후의 연령부터는 1회 식사량이 감소하거나 섭취할 수 있는 식품이 제한적이어서 짠맛에 대한 선호도는 높아지나 식품 섭취량의 감소로 오히려 총 Na 섭취량이 감소하게 되는 것으로 생각된다. 또한 이윤희와 이권순(1995)의 서울시내 거주 노인을 대상으로 한 연구에서는 맵고 짠 음식은 여러 가지 질병의 원인

Table 9. Frequency of using a chemical seasoning in cooking by socioeconomic factors

Characteristics	Mean±S.E	95% CI	
		Lower	Upper
Sex	Male	1.83±0.03	1.76-1.89
	Female	1.81±0.03	1.74-1.87
<i>F-value</i>		0.670	
Age	20-29	2.03±0.09	1.83-2.22
	30-39	1.89±0.06	1.76-2.03
	40-49	1.86±0.05	1.76-1.96
	50-59	1.74±0.04	1.64-1.83
	≥60	1.78±0.03	1.70-1.85
<i>F-value</i>		0.114	
Educational level	Uneducated	1.84±0.05 ^{a1)}	1.73-1.95
	Primary	1.90±0.03 ^a	1.82-1.97
	Middle	1.80±0.05 ^a	1.70-1.90
	High	1.68±0.05 ^b	1.58-1.79
	College ⁺	1.74±0.10 ^a	1.53-1.95
<i>F-value</i>		0.044 [*]	
Annual family income (₩10,000)	<1,000	1.81±0.03	1.74-1.87
	1,000-1,999	1.83±0.04	1.76-1.91
	2,000-2,999	1.79±0.05	1.68-1.91
	3,000-3,999	1.88±0.08	1.71-2.04
	≥4,000	1.76±0.10	1.55-1.97
<i>F-value</i>		0.858	

3-Point Likert Scale(3: use mostly, 1: use a little)

1)Means with different superscripts within a column are significantly different

*p<0.05

이 된다고 생각하여 건강적인 측면에서 맵고 짠 음식을 피하는 경향이 있다고 설명하여 건강에 대한 염려로 인해 맵고 짠 음식을 기피해서 나타난 결과로도 보여진다.

본 대상자의 교육수준에 따라서는 초등졸인 사람이 짠맛을 가장 선호하였으나 유의적인 차이가 나타나지 않았다.

11. 식생활 개선의 필요성 인식

본인의 식생활 개선에 대한 필요성을 인식하는 정도는 남녀간에 유의적인 차이는 없었으나 여자가 남자보다 높은 경향을 보였다. 연령에 따라서는 60세 이상에서 식생활 개선이 필요하다고 응답한 비율이 낮았다($p<0.001$). 이희섭(1997)의 연구에서는 식사의 질에 대해 식사를 고칠 필요가 있다고 한 사람이 남녀 각각 40.4%, 56.3%로 본 연구결과와 비슷하게 성별에 따른 차이를 보였다($p<0.01$). 교육수준이 높은 계층에서 식생활 개선이 필요하다고 응답한 사람이 많았던 반면 교육수준이 낮은 계층에서 식생활 개선에 대한 필요성을 느끼지 못하는 사람이 많았다($p<0.001$). 소득수준이 3,000만원대의 계층에서 식생활을 개선해야 한다고 응답한 비율이 높았고 소득수준 2,000만원 미만 계층에서 식생활 개선에 대한 생각이 없거나 필요성을 인식하지 못하는 비율이 유의적으로 높았다($p<0.001$). 임경숙(2001)의 연구에서는 남녀 모두 영양이 불량할수록 자기식생활의 중요성에 대한 인식이 낮았으며($p<0.001$), 영양지식 또한 유의하게 낮게 나타나($p<0.001$), 본 연구에서 나타난 식생활개선의 필요성 인식이 낮았던 남자, 60세 이상, 초등졸 이하의 교육수준, 연간총수입이 2000만원 미만인 경우에서 영양불량의 위험이 더 클 것으로 생각된다. 이들 대상에 적합한 영양교육이 필요할 것으로 사료된다.

IV. 요약 및 결론

본 연구의 조사대상자는 20세 이상의 전국 농촌 거주자 580명이었으며, 조사기간은 2001년 2월 12일부터 2월 25일까지이었다. 연령($p<0.05$), 교육수준($p<0.001$), 연간 총소득($p<0.01$)에 따라서

안전하고 신선한 식품섭취에 대한 인식에 차이가 있었으며, 연령($p<0.05$), 교육수준($p<0.001$)에 따라서 식사의 영양균형을 고려하는 정도에 차이가 있었다. 여러 가지 질병의 위험요인인 칼로리, 염분, 지방의 과다섭취에 대한 인식에서는 교육수준이 높을수록 적게 섭취하려고 하였다($p<0.01$). 식사시간의 규칙성은 연령에 따라 유의적인 차이가 있었으며($p<0.05$), 식품섭취의 다양성은 연령($p<0.05$)과 교육수준($p<0.01$)에 따라서 차이를 보였다. 식사속도는 성별($p<0.001$), 연령($p<0.05$), 교육수준($p<0.05$)에 따라 차이가 있었으며, 간식 기호도는 연령($p<0.05$), 교육수준($p<0.01$)에 따른 차이를 보였다. 교육수준에 따라 가공식품의 기호도($p<0.001$)와 화학조미료 사용 정도($p<0.05$)에 차이를 보였다. 식생활개선에 대한 필요성 인식은 연령이 높을수록($p<0.001$), 교육수준이 낮을수록($p<0.001$), 연간 총소득이 낮을수록($p<0.001$) 유의적으로 낮았다. 결론적으로, 성별, 연령, 교육수준, 가계 소득, 직업에 따라 식생활 태도에 차이가 있으므로 영양교육시 각 집단 특성에 맞는 교육내용과 방법의 선택이 교육효과를 높일 것으로 사료된다.

참고문헌

- 곽은희 · 이수림 · 이혜상 · 권인숙(2003a) 일부 농촌 지역 노인들의 식이성 Na, K, Ca 섭취량 및 소변배설량 및 혈압과의 상관성. 한국영양학회지 36(1), 75-82.
- 곽은희 · 이수림 · 윤진숙 · 이혜상 · 권진숙 · 권인숙(2003b) 농촌지역 노인들의 열량영양소, 무기질 및 비타민 섭취량. 한국영양학회지 36(10), 1052-1060.
- 김경숙 · 백희영(1992) 한국 젊은 성인 여성과 중년 여성의 짠 맛에 대한 기호도와 Na 섭취량 비교 연구. 한국영양학회지 25(1), 32-41.
- 김선미(1997) 식생활의 질과 식생활관리활동에 관한 도시 농촌간 비교연구. 인문과학 3(1), 279-290.
- 김효정 · 김미라(2003) 식품위생에 대한 소비자인식도 및 정보요구도에 관한 연구. 대한가정학회지 41(1), 15-26.
- 문현경 · 이삼순 · 김정윤 · 박송이 · 한귀정 · 유춘희 · 백희정 · 정금주(2002) 우리나라 농촌지역의 매뉴패턴에 관한 연구(III) - 지역별 비교. 한국영양학회지 35(5), 571-578.
- 박송이 · 백희영 · 유춘희 · 이정숙 · 문현경 · 이상선 · 신선영 · 한귀정(1999) 농촌지역 주민의 식품

- 섭취평가에 관한 연구. 한국영양학회지 32(3), 307-317.
- 박혜련·이경희·류정순(1997) 도시가계조사 자료를 이용한 소득계층별 식생활 패턴 분석. 지역사회영양학회지 2(4), 633-646.
- 서경화·윤혜현(2004) 관광학 전공 대학생의 즉석가공식품 기호도와 이용도. 한국식품영양과학회지 33(2), 356-364.
- 안숙자·강순아(1999) 한국노인의 식습관 및 시사행동에 관한 조사 연구. 한국조리과학회지 15(1) 81-94.
- 윤복자·강혜원·조길수·손경희·곽동경·지순·김경희(1990) 농촌지역 노인의 생활실태 조사연구. 대한가정학회 28(4), 65-75.
- 이건순·유영상(1992) 농촌주부의 영양지식, 식생활행동 및 영양섭취 실태에 관한 연구 - 전북 지역을 중심으로. 대한가정학회지 30(4), 63-76.
- 이심열(1997) 24시간 회상법으로 조사한 한국 농촌 성인 식생활의 현황 및 질적 평가. 서울대학교 박사학위논문.
- 이심열·백희영(2000) 24시간 회상법으로 조사한 한국 농촌성인의 섭취영양소별 주요 급원식품 및 변이식품. 한국영양학회지 33(8), 882-889.
- 이윤희·이건순(1995) 노인의 영양지식과 식행동, 영양태도 및 식품기호도에 관한 조사연구. 대한가정학회지 33(6), 213-224.
- 이일하·유춘희·이상선·장문정·김선희(2004) 한국 남성의 연령별 식품 및 영양소 섭취량 조사. 대한영양학회지 37(2), 143-152.
- 이정숙·유춘희·박송이·한귀정·이상선·문현경·백희영·신선영(1998) 농촌지역 주민의 영양섭취실태조사(I) - 지역별·연령별 영양섭취 실태 비교. 한국영양학회지 31(9), 1468-1480.
- 이희섭(1997) 체형에 따른 성인남녀의 생활습관에 관한 연구. 한국조리과학회지 13(2), 147-156.
- 임경숙(2001) 노인성 질환의 영양위험요인 탐색 및 영양위험 평가도구 개발. 노인성질환의 예방과 영양관리의 실용화 심포지움.
- 천중희·우경자·정경석(1994) 한국노인의 맛 선호도와 맛 감지도에 관한 연구. 대한가정학회지 32(5), 143-151.
- 최경미·김정미·김종균(2003) 서울시내 직장인의 식습관과 건강에 관한 연구. 한국식생활문화학회지 18(1), 45-55.
- 최정숙·지선미·백희영·홍순명(2003) 도시지역 성인의 식습관 및 식생활 의식에 관한 연구. 한국식품영양과학회지 32(7), 1132-1146.
- 한국보건사회연구원(2002) 2001 국민건강·영양조사. 황춘선·박모라·양이선(1991) 중년기의 식습관 및 기호가 건강상태에 미치는 영향. 한국식문화학회지 6(4), 351-367.
- Arija V, Salas Salvado J, Fernandez-Ballart J, Cuco G, Marti-Henneberg C(1996) Consumption, dietary habits and nutritional status of the Reus (IX) population. Volution of food consumption, energy and nutrient intake and relationship with the socioeconomic and cultural level, 1983- 1993. *Med Clin (Barc)* 106(5), 174-179.
- Birkimer JC , Linda KB(1999) Covert Self-Reinforcers, fear of consequences, and health behavior. *The Journal of Social Psychology* 139(5), 654-664.
- Cynthia DM(1997): Effect of dietary sodium restriction in overall nutrient intake. *Am J Clin Nutr* 65 (suppl), 687s-691s.
- James WP, Nelson M, Ralph A, Leather S(1997): Socioeconomic determinants of health. The contribution of nutrition to inequalities in health. *BMJ* 314 (7093), 1545-1549.
- Roos E, Prattala R, LaHelmä E, Kleemola P, Pietinen P(1996): Modern and healthy?: socioeconomic differences in the quality of diet. *Eur J Clin Nutr* 50(11), 753-60.
- Smith AM, Baghurst KI(1992): Public health implications of dietary differences between social status and occupational category groups. *J Epidemiol Community Health* 46(4), 409-41.