

제주지역 식생활 형태에 관한 연구

洪 陽 子*

A Study on the Dietary Pattern in Cheju Area

*Yang-Ja Hong**

Summary

This study aims to investigate the current aspect of the usual dietary patterns in Cheju area. The investigation was focused on 1) the factors is decisive in shaping their diet, 2) preferred method of cooking, and 3) the preservation Korean traditional method of diet.

The data were collected from 459 housewives inhabiting in Cheju island from September 15. to October 30. 1992 by using the questionnaires.

The important findings obtained in this study are summarized as follows :

1. The respondent housewives decide the contents of their diet mostly according to their husbands (44.5%) and their children's(34.1%) dietary habit.

In preparing their food, the 67.8% of them took account for the 'taste' first, but for the many of college graduate housewives(45.5%), their primary concern was 'nutrition'.

2. The 75.0% of the respondents regarded the dinner as the most important meal. The usual number of the dishes were 3 or 4 per meal(55.2%).
3. As for the main dish, they consumed usually the cooked rice(57.1%) and the soybean paste soup(49.4%).

The cooking methods for meats were commonly as soup(36.1%), stew(18.7%) or pan fried(18.4%). For the cooking of fish, pan frying(27.9%), sautéed in soysauce(18.4%) and broiling(18.4%) were common. Vegetables, cooked with spices(36.2%) were most popular.

4. The 37.5% of respondent housewives enjoyed the dining out once or twice a month and when they dining out, most of them(69.5%) preferred the Korean style restaurant.
5. Home made KIMCHI and the soybean paste were most frequently consumed foods(82.8%, 72.4% respectively). And as for the processed foods, tuna(24.5%), RAMYEON(23.2%) and ham(10.7%) were marked highly.

* 자연과학대학 식품영양학과(Dept. of Food Science & Nutrition, Cheju Univ., Cheju-do, 690-756, Korea)

서 론

한 지방의 음식문화의 양상은 그 지역에서 당시에 생산되고 획득되는 식품에 의하여 결정적인 영향을 받는다. 그 밖에도 그곳의 기후를 비롯한 자연환경과 경제수준, 교통상황, 기술발전, 인구, 계층구조, 공동생활 양식 및 종교 등의 사회적 환경도 그 지역 식문화 형성과 발전에 도외시킬 수 없는 요인들이다.

따라서 사용식품의 종류와 그 조리법을 비롯하여 식생활의 여러 가지 양상은 자연적 사회적인 환경에 따라 지역마다 특색을 보이며, 또한 습관과 기호도는 쉽게 변치 않는 특성을 지니고 있어서 전통성도 지니게 되지만(문 등, 1992), 동시에 시대적으로 여건이 변화하면 그에 따라서 식생활 역시 새로운 양상으로 끊임없이 변천되게 마련이다.

특히 우리 사회의 경우에, 급속한 경제발전과 서구 문물의 대량도입은 생활양식 전반에 커다란 변화를 일으키고 있으며, 여성의 취업증가, 외식산업 등의 발전으로 하여 식품이나 음식의 소비형태 등 식생활 양상이 크게 달라지고 있다. 또한 주부들의 연령, 교육수준, 경제수준, 가족구성원 및 거주지 등도 직접적 간접적으로 식생활이나 식습관에 적지 않는 영향을 주고 있는 것으로 보인다(안 등, 1988).

제주도는 지리적 특성으로 인하여 육지와와의 인적 물적인 교류나 정보교환 등이 어려웠던 까닭에, 이 지역의 식생활은 다른 지방과는 현저하게 다른 양상을 이루고 있었다. 그러나 오늘날은 비록 섬이기는 하나 다른 곳과의 인적 왕래, 물적 교역, 정보전달 등이 급속히 확대되고 활발해지면서 생활의 다른 분야와 더불어 식생활 양상도 크게 바뀌어 가는 과정에 있다. 그런데도 제주지역에서 이 방면에 대한 연구가 매우 미흡한 실정에 있다(홍, 1993).

본 연구는 가정의 식생활 담당자로서 가족전체의 건강에 영향을 미치는 주부들을 대상으로 가정의 식생활에서 어떤 내용에 중점을 두며, 식단구성의 형태에서 어떤 조리법을 이용하고 있는지, 飯床의 전통성이 얼마나 유지되고 있는지 등을 조사 분석하였으며, 특히 주부의 연령이나 학력 그리고 가정의 경제수준 등이 식품의 선택이나 조리법에 어떠한 영향을 주고 있는지에 대하여 그 상관관계를 알아봄으로써, 제주 지역의 식생활 관리를 바르게 지도하기 위한 기초자

료를 얻고자 하였다.

조사대상 및 연구방법

1. 조사 대상 및 기간

본 연구는 1992년 9월 15일에서 10월 30일까지 제주지역에 거주하는 20대에서 70대까지의 주부들을 대상으로 실시하였다.

20대와 30대 주부는 국민학교 아동의 어머니들을 대상으로, 40대 주부는 고등학교 학생의 어머니들을 대상으로 하여, 교사들을 통하여 설문지를 배부하고 회수하였으며, 50대 이후 주부들은 제주대학교 식품영양학과 학생들을 통하여 설문지를 배부하고 회수하였다.

총 600명에게 설문지가 배부되어 그 87.3%인 524매가 회수되었으며, 그 중 이용가능한 459명의 설문지를 통계처리하였다.

2. 연구 내용과 방법

조사대상자의 일반환경에 대한 7문항, 식사형태와 관련된 11문항, 가공식품의 이용에 관한 9문항 등을 가지고 조사하였으며, 연속된 이틀간의 식사내용을 하나도 빠짐없이 아침, 점심 및 저녁으로 나누어 음식명(조리방법)과 재료명을 기록하도록 하였다.

3. 자료처리 방법

모든 자료는 SAS통계 모델을 이용하여 처리하였다. 그리고 상관관계는 χ^2 -test에 의해서 알아보았다.

결과 및 고찰

1. 조사대상자의 일반환경

조사대상자의 일반환경은 Table 1과 같다.

가족수는 3~4명이 36.8%, 5~6명이 35.9%이며 자녀들의 조부모와 동거하는 가정이 11.5%이다.

교육수준은 중졸이하가 61.3%나 되고 대졸은 7.3%에 불과하다. 이는 70세 이상의 주부가 14.8%나 되고, 시외지역에 사는 주부도 26.2%나 차지하고 있는데서 나타나는 현상으로 생각된다.

Table 1. General characteristics of the subjects

Variable	Group	Frequency	Percentage
Age (yrs)	- 39	136	29.6
	40 - 49	80	17.4
	50 - 59	94	20.5
	60 - 69	81	17.6
	70 -	68	14.8
Living area (in/out of Cheju city)	City residents	329	73.8
	Out-of-towners	117	26.2
Extra work on top of house keeping	Yes	237	51.7
	No	221	48.3
Family size (persons)	1 - 2	67	14.6
	3 - 4	169	36.8
	5 - 6	165	35.9
	7 -	58	12.6
Living with/without parents	Living with	52	11.5
	Living without	401	88.5
Schooling level	Unschooling	56	12.5
	Primary school	123	27.4
	Lower secondary	96	21.4
	Upper secondary	141	31.4
	Above college	33	7.3
Income (monthly mean, 10,000 won unit)	- 50	73	16.1
	51 - 70	72	15.9
	71 - 90	72	15.9
	91 - 120	116	25.6
	121 - 150	64	14.1
	151 - 200	39	8.6
	200 -	18	4.0
	Total		459

주부의 직업유무는 가사 이외의 노동에 종사한다는 사람이 51.7%로서 수원지역(송과 홍, 1992)의 30%에 비해 제주지역 주부들이 활동성이 높음을 엿볼 수 있다.

월수입은 91만원에서 120만원이 25.6%로 가장 많으며, 50만원이하도 16.1%나 된다.

2. 식사형태

1) 식단실행 때에 중점을 두는 요소

식단을 작성할 때에 중점을 두는 요소로는 Table 2에서 보는 바와 같이 식성에 중점을 둔다는 주부가 67.8%로 많으며, 그 다음으로는 영양(15.9%), 맛,

조리시간의 순서이다. 이는 안(1977)의 조사에서의 맛, 영양의 순서와 유(1980)의 조사에서의 식성, 맛, 영양의 순서와 비교하여 차이를 보이고 있으나 송과홍(1992)의 조사와는 비슷하다.

식단작성시에 중점을 두는 요소는 연령, 거주지, 교육수준 및 수입 등에 의하여 크게 영향을 받는 것으로 나타나고 있다.

젊을수록, 교육수준이 높을수록, 그리고 시내거주

하는 주부일수록 식성 다음에 영양에 중점을 두고 있으며, 수입면에서는 50만원이하 수입의 주부들의 경우에 영양에 전연 신경을 쓰지 않고 있고, 200만원이상인 경우는 맛, 영양, 식성 등의 순서로 식단작성에 신경을 쓰는 것으로 나타나고 있다. 미국의 주부들의 경우는(Shafer,1978) 영양, 맛, 가격 등의 순으로 나타나고 있는데, 우리나라 주부들도 이제는 식단작성을 할 때에 영양에 유의하여야 할 것이다.

Table 2. The top priority in food planning

Variable	Group	Flavor	Nutrition	Taste	Cooking time	Total	Chi-square
		N (%)	N (%)	N (%)	N (%)		
1. Age (yrs)	- 39	11 (8. 09)	45 (33. 09)	80 (58. 82)	0 (0. 00)	136 (100)	p=0. 000**
	40 - 49	7 (8. 97)	26 (33. 33)	42 (53. 85)	3 (3. 85)	78 (100)	
	50 - 59	15 (16. 48)	11 (12. 09)	63 (69. 23)	2 (2. 20)	91 (100)	
	60 - 69	9 (11. 39)	5 (6. 33)	64 (81. 01)	1 (1. 27)	79 (100)	
	70 -	9 (13. 43)	1 (1. 49)	57 (85. 07)	0 (0. 00)	67 (100)	
2. Living area (in/ out of Cheju city)	City residents	36 (11. 04)	82 (25. 15)	204 (62. 58)	4 (1. 23)	326 (100)	p=0. 000**
	Out-of-townners	13 (11. 05)	3 (2. 65)	95 (84. 07)	2 (1. 77)	113 (100)	
3. Extra work on top of house keeping	Yes	23 (9. 87)	48 (20. 60)	159 (68. 24)	3 (1. 29)	233 (100)	p=0. 752
	No	28 (12. 90)	40 (18. 43)	146 (67. 28)	3 (1. 38)	217 (100)	
4. Family size (person)	1 - 2	5 (7. 58)	5 (7. 58)	56 (84. 45)	0 (0. 00)	66 (100)	p=0. 014*
	3 - 4	14 (8. 38)	40 (23. 95)	110 (65. 87)	3 (1. 80)	167 (100)	
	5 - 6	24 (14. 81)	37 (22. 84)	98 (60. 49)	3 (1. 85)	162 (100)	
	7 -	8 (14. 29)	6 (10. 71)	42 (75. 00)	0 (0. 00)	56 (100)	
5. Living with/ without parents	Living with	5 (9. 80)	9 (17. 65)	36 (70. 59)	1 (1. 96)	51 (100)	p=0. 892
	Living without	44 (11. 17)	79 (20. 05)	267 (67. 77)	4 (1. 02)	394 (100)	
5. Schooling level	Unschooling	7 (12. 96)	0 (0. 00)	47 (87. 04)	0 (0. 00)	54 (100)	p=0. 000**
	Primary school	16 (13. 11)	7 (5. 74)	94 (77. 05)	5 (4. 10)	122 (100)	
	Lower secondary	10 (10. 64)	19 (20. 21)	64 (68. 09)	1 (1. 06)	94 (100)	
	Upper secondary	15 (10. 87)	47 (34. 06)	76 (55. 07)	0 (0. 00)	138 (100)	
	Above college	1 (3. 03)	15 (45. 45)	17 (51. 52)	0 (0. 00)	33 (100)	
7. Income (monthly mean, 10,000won unit)	- 50	8 (11. 43)	1 (1. 43)	59 (84. 29)	2 (2. 86)	70 (100)	p=0. 000**
	51 - 70	10 (14. 49)	11 (15. 94)	46 (66. 67)	2 (2. 90)	69 (100)	
	71 - 90	7 (9. 72)	17 (23. 61)	46 (63. 89)	2 (2. 78)	72 (100)	
	91 - 120	10 (8. 62)	23 (19. 83)	83 (71. 55)	0 (0. 00)	116 (100)	
	121 - 150	7 (11. 29)	18 (29. 03)	37 (59. 68)	0 (0. 00)	62 (100)	
	151 - 200	2 (5. 13)	10 (25. 64)	27 (69. 23)	0 (0. 00)	39 (100)	
	200 -	7 (38. 89)	6 (33. 33)	5 (27. 78)	0 (0. 00)	18 (100)	
Total		51 (11. 33)	88 (19. 50)	306 (67. 80)	6 (1. 30)	451 (100)	

* p<0. 05 ** p<0. 01 *** p<0. 001

2) 식사내용의 결정

식사의 내용을 결정할 때에 Table 3에서 보듯이 연령, 가족수, 조부모와의 동거 여부, 교육정도 및 수입 등에 영향을 받고 있는 것으로 나타나고 있다. (각 $p \leq 0.001$).

식사내용을 남편중심으로 결정한다가 44.5%로 가장 많고, 자녀중심인 경우도 34.1%로 높다. 대체로 30대 주부에서 남편중심의 비율이 높고, 40대에서는 자녀중심 비율이 높다가 50대에 들어서면서 다시 남편중심이 높아지는 것을 볼 수 있으며, 70세가 넘는 경우는 본인중심의 비율이 높다.

Table 3. The family member concerned most in food planning

Variable	Group	Children	Husband	Grandparent	Housewife herself	Total	Chi-square
		N (%)	N (%)	N (%)	N (%)		
1. Age (yrs)	- 39	40 (31.01)	70 (54.26)	8 (6.20)	11 (8.53)	129 (100)	$p=0.000^{**}$
	40 - 49	39 (54.93)	25 (35.21)	2 (2.82)	5 (7.04)	71 (100)	
	50 - 59	27 (29.67)	51 (56.04)	4 (4.40)	9 (9.89)	91 (100)	
	60 - 69	25 (32.89)	29 (38.16)	1 (1.32)	21 (27.63)	76 (100)	
	70 -	17 (25.37)	18 (26.87)	3 (4.48)	29 (43.28)	67 (100)	
2. Living area (in/out of Cheju city)	City residents	105 (33.76)	149 (47.91)	14 (4.50)	43 (13.83)	311 (100)	$p=0.019^{**}$
	Out-of-towners	35 (31.25)	43 (38.39)	4 (3.57)	30 (26.79)	112 (100)	
3. Extra work on top of house keeping	Yes	82 (36.61)	94 (41.96)	5 (2.23)	43 (19.20)	224 (100)	$p=0.777$
	No	66 (31.58)	99 (47.37)	13 (6.22)	31 (14.83)	209 (100)	
4. Family size (person)	1 - 2	5 (7.58)	29 (43.94)	0 (0.00)	32 (48.48)	66 (100)	$p=0.000^{**}$
	3 - 4	53 (32.92)	85 (52.80)	3 (1.86)	20 (12.42)	161 (100)	
	5 - 6	63 (41.45)	63 (41.45)	5 (3.29)	21 (13.82)	152 (100)	
	7 -	27 (49.09)	16 (29.09)	10 (18.18)	2 (3.64)	55 (100)	
5. Living with/without parents	Living with	10 (21.28)	21 (44.68)	14 (29.79)	2 (4.26)	47 (100)	$p=0.000^{**}$
	Living without	138 (36.13)	170 (44.50)	4 (1.05)	70 (18.32)	382 (100)	
5. Schooling level	Unschooling	12 (22.64)	10 (18.87)	2 (3.77)	29 (54.72)	53 (100)	$p=0.000^{**}$
	Primary school	44 (37.29)	51 (43.22)	2 (1.69)	21 (17.80)	118 (100)	
	Lower secondary	38 (40.43)	45 (47.87)	3 (3.19)	8 (8.51)	94 (100)	
	Upper secondary	36 (27.27)	74 (56.06)	10 (7.58)	12 (9.09)	132 (100)	
	Above college	15 (53.57)	10 (35.71)	1 (3.57)	2 (7.14)	28 (100)	
7. Income (monthly mean, 10,000 won. unit)	- 50	14 (19.72)	22 (30.99)	1 (1.41)	34 (47.89)	71 (100)	$p=0.000^{**}$
	51 - 70	17 (26.15)	38 (58.46)	1 (1.54)	9 (13.85)	65 (100)	
	71 - 90	25 (34.72)	35 (48.61)	5 (6.94)	7 (9.72)	72 (100)	
	91 - 120	47 (43.12)	48 (44.04)	3 (2.75)	11 (10.09)	109 (100)	
	121 - 150	26 (43.33)	22 (36.67)	4 (6.67)	8 (13.33)	60 (100)	
	151 - 200	14 (38.89)	17 (47.22)	2 (5.56)	3 (8.33)	36 (100)	
	200 -	4 (25.00)	9 (56.25)	1 (6.25)	2 (12.50)	16 (100)	
Total		148 (34.10)	93 (44.50)	183 (4.10)	75 (17.30)	434 (100)	

* $p < 0.05$

** $p < 0.01$

*** $p < 0.001$

제주시내 지역의 주부들을 대상으로 한 고(1985)의 조사에서는 본인중심이 3.2%였던 것에 비하여, 본 조사에서는 본인중심이 17.3%로 높는데, 이는 본 조사에서는 60세이후의 주부가 앞의 조사에서보다 많기 때문으로 볼 수 있다. 이는 Table 3에서 보듯이 나이가 많을수록 주부 본인중심이 비율이 높아지고 있는 것으로 미루어 그렇게 판단된다.

또한 가족수가 적을수록, 무학인 경우, 그리고 저소득층에서 본인중심의 비율이 높으며, 대졸 주부인 경우는 남편중심보다 자녀중심의 비율이 조금 높다.

3) 중점을 두는 끼니

모든 계층에서 저녁식사에 중점을 두는 비율이 높게 나타나서, 선행의 많은 연구들(김, 1992; 이, 1981; 송과 홍, 1992; 임, 1984)과 일치하나, 송과 홍(1992), 임(1984) 등에서처럼 연령별이나 수입별에 의한 유의적인 차이는 보이지 않는다.

울산지역을 중심으로 한 김(1987)의 연구와 중소도시 주부를 대상으로 한 임(1984)의 연구에서는 연령이 많을수록 아침식사에 중점을 두고 있으며, 대졸인 경우 저녁식사에 중점을 두는 비율이 높다고 지적되었었는데, 본 조사에서는 연령이 많을수록, 가족수가 적을수록, 그리고 부모를 모시지 않는 주부일수록 아침끼니에 중점을 두는 비율이 높고, 주부의 교육정도에 의한 차이는 거의 없다. 단지 시내거주자와 시외거주자 사이에는 차이가 있는데, 시외거주자가 35.09%로 시내거주자 17.63%에 비해 아침식사에 신경을 쓰는 비율이 높다. 이는 시외거주자가 시내쪽보다 아침부터 활동이 많기 때문이라고 생각된다.

수입에서도 각 계층 사이에 별 차이는 없으나, 50만원이하인 경우에 31.43%가 아침식사에 신경을 쓰는 것으로 나타나고 있는데, 이것 역시 아침 활동과 관계가 있는 것으로 생각된다.

1일 활동량에 따른 에너지소비량의 변화가 점심시간을 전후해서 절정을 이룬다는 사실을 감안할 때(한, 1978), 아침식사를 소홀히 하는 것은 영양소섭취와 에너지소모 간에 불균형이 일어날 가능성이 있다고 볼 수 있다. 그런데 본 조사에서 아침에 중점을 두는 주부는 20.6%로 임(1984)의 36.7%보다 낮으며, 김(1987)의 22%와는 비슷하다. 또한 이들 연구와 손 등(1981)의 연구에서 연령층이 높을수록 아침식사에 신경을 안쓴다고 지적하고 있는데, 이는 젊은

주부들이 건강에 대한 잘못된 관념을 지녔기 때문으로 이에 대한 올바른 영양교육의 보급이 시급한 것으로 생각된다.

4) 밥상차림의 실태

그 동안 한국에서 상용한 일상식의 상차림은 밥과 반찬으로 구성된 밥상(飯床)차림이었다. 가장 간단한 3첩 상차림에서도 밥과 국이나 찌개, 김치 외에 나물(숙채), 생채 그리고 구이나 조림을 차리어 열량과 각 영양소의 균형을 이루고 있어서, 우리의 밥상차림이 매우 합리적이었다고 할 수 있다.

그러나 사회의 변천에 따른 생활양식의 변화로 빵이나 면류의 이용도가 많아짐에 따라 세 끼니를 모두 밥과 반찬으로 이루어졌던 종전의 밥상차림은 그 양상이 적지 않게 변모하였을 것으로 짐작되어, 우선 현재 하루에 밥식을 하는 회수와 반찬수를 조사하였는데, 그 결과는 Table 4와 5에 나타난 바와 같다.

하루 세끼를 밥상차림으로 식사하는 경우가 66.2%, 두끼로 하는 경우가 29.9%로, 이는 제주시내 주부들을 대상으로 조사한 고의 연구(1986)에서의 82.9%와 큰 차이를 보이고 있으며, 또한 한과 윤(1987)이 우리나라 모든 도를 대상으로 조사한 72%보다 낮은 것으로, 밥위주의 밥상차림이 가속적으로 감소되는 추세에 있음을 알 수 있다.

연령이 많고, 학력이 낮고, 시외에 거주하고, 그리고 월수입이 적은 사람일수록 밥상차림으로 식사하는 회수가 많아서 하루 세 끼를 모두 밥식으로 하는 경향이 높게 나타났는데, 이는 한과 윤(1987)의 연구에서도 마찬가지였다. 그러나 가족수가 많을수록 밥상차림의 식사회수가 많았다는 그들의 연구결과는 가족수보다도 가족구성원의 연령과 더 깊은 관계가 있는 것으로, 가족수가 1~2명인 경우는 그 안에 노년층 구성비가 높고, 7명이상인 경우 또한 3세대가 같이 살아 노인이 있기 때문에 밥상차림의 회수가 많아지는 것으로 생각된다.

한끼의 반찬수는 3~4가지가 55.2%, 5~6가지가 41.5%로 나타나고 있는데, 이는 국과 김치를 포함시킨 것이므로, 첩수로 따지면 3첩이 안되는 경우가 55.2%가 되고, 3첩이상은 41.5%라고 할 수 있다.

여러 조사(한과 윤, 1987; 유, 1982; 송과 홍, 1992)에서 한끼 반찬수가 3~4가지라는 비율이 가장 높았고, 손 등(1981)의 연구에서 원하는 반찬수가 3

Table 4. Frequency of taking the meal of rice a day

Variable	Group	Once	Twice	Three times	Total	Chi-square
		N(%)	N(%)	N(%)		
1. Age (yrs)	- 39	7 (5.15)	56(42.18)	73 (53.68)	136(100)	p=0.000***
	40 - 49	9(11.25)	24(30.00)	47(58.75)	80(100)	
	50 - 59	2(2.13)	21(22.34)	71(75.53)	94(100)	
	60 - 69	2(2.47)	18(22.22)	61(75.31)	81(100)	
	70 -	2(2.99)	14(20.90)	51(76.12)	67(100)	
2. Living area(in/ out of Cheju city)	City residents	19(5.78)	107(35.52)	203(61.70)	329(100)	p=0.001***
	Out-of-towners	2(1.72)	20(17.24)	94(81.03)	116(100)	
3. Extra work on top of house keeping	Yes	16(6.75)	61(25.74)	160(67.51)	237(100)	p=0.052
	No	6(2.73)	72(32.73)	142(64.55)	220(100)	
4. Family size (person)	1 - 2	3(4.55)	14(21.21)	49(74.24)	66(100)	p=0.275
	3 - 4	11(6.51)	55(32.54)	103(60.95)	169(100)	
	5 - 6	8(4.85)	46(27.88)	111(67.27)	165(100)	
	7 -	0(0.00)	18(31.03)	40(68.97)	58(100)	
5. Living with/ without parents	Living with	2(3.85)	19(36.54)	31(59.62)	52(100)	p=0.440
	Living without	19(4.75)	112(28.00)	269(67.25)	400(100)	
6. Schooling level	Unschooling	0(0.00)	11(20.00)	44(80.00)	55(100)	p=0.000***
	Primary school	3(2.44)	24(19.51)	96(78.05)	123(100)	
	Lower secondary	6(6.25)	26(27.08)	64(66.07)	96(100)	
	Upper secondary	10(7.09)	60(42.55)	71(50.35)	141(100)	
	Above college	2(6.06)	10(30.30)	21(63.64)	33(100)	
7. Income (monthly mean, 10,000 won unit)	- 50	2(2.78)	14(19.44)	56(77.78)	72(100)	p=0.275
	51 - 70	2(6.94)	24(33.33)	43(59.72)	72(100)	
	71 - 90	2(2.78)	24(33.33)	46(63.89)	72(100)	
	91 - 120	7(6.03)	27(23.28)	82(70.69)	116(100)	
	121 - 150	3(4.69)	22(34.38)	39(60.94)	64(100)	
	151 - 200	3(7.69)	14(35.90)	22(56.41)	39(100)	
	200 -	0(0.00)	8(44.44)	10(55.56)	18(100)	
Total		22(4.80)	133(29.04)	303(66.16)	458(100)	

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

~4가지라고 반응한 경우가 70%로 나타나고 있으며, 또한 유(1980)는 반찬수가 많은 것은 습관에 의한 것으로 생각되는 까닭에 반찬수가 점차 감소되어야 한다는 소견을 제시한 바 있는데, 반찬의 가짓수가 식사의 질을 전적으로 좌우하는 것은 아니므로, 영양소

를 균형있게 작성하면 3첩정도의 식단이라도 심리적으로나 실제적으로나 만족된 식사가 될 수 있다고 판단된다.

가족수가 많을수록, 교육정도가 높을수록, 그리고 수입이 클수록 각각 p<0.001수준에서 유의적으로 반

Table 5. Variety of dishes at one of the meals(including KIMCHI and soup)

Variable	Group	2	3~4	5~6	Above 6	Total	Chi-square
		N(%)	N(%)	N(%)	N(%)		
1. Age (yrs)	- 39	1 (0.74)	78 (57.35)	57 (41.91)	0 (0.00)	136 (100)	p=0.001***
	40 - 49	1 (1.25)	39 (48.75)	37 (46.25)	3 (3.75)	80 (100)	
	50 - 59	1 (1.06)	42 (44.68)	50 (53.19)	1 (1.06)	94 (100)	
	60 - 69	2 (2.50)	45 (56.25)	33 (41.25)	0 (0.00)	80 (100)	
2. Living area (in/ out of Cheju city)	City residents	4 (1.22)	175 (53.35)	144 (43.90)	5 (1.52)	328 (100)	p=0.054
	Out-of-towners	5 (4.27)	72 (61.54)	39 (33.33)	1 (0.85)	117 (100)	
3. Extra work on top of house keeping	Yes	6 (2.53)	131 (55.27)	96 (40.51)	4 (1.69)	237 (100)	p=0.693
	No	3 (1.36)	121 (55.00)	94 (42.73)	2 (0.91)	220 (100)	
4. Family size (person)	1 - 2	5 (7.46)	55 (82.09)	6 (8.96)	1 (1.49)	67 (100)	p=0.000**
	3 - 4	2 (1.18)	97 (57.40)	69 (40.83)	1 (0.59)	169 (100)	
	5 - 6	2 (1.22)	75 (45.73)	85 (51.83)	2 (1.22)	164 (100)	
	7 -	0 (0.00)	26 (44.83)	30 (51.72)	2 (3.45)	58 (100)	
5. Living with/ without parents	Living with	0 (0.00)	30 (57.69)	22 (42.31)	0 (0.00)	52 (100)	p=0.564
	Living without	9 (2.25)	218 (54.50)	167 (41.75)	6 (1.50)	400 (100)	
6. Schooling level	Unschooling	6 (10.71)	39 (69.64)	9 (16.07)	2 (3.57)	56 (100)	p=0.000***
	Primary school	1 (0.82)	66 (54.10)	54 (44.26)	1 (0.82)	122 (100)	
	Lower secondary	0 (0.00)	49 (51.04)	45 (46.88)	2 (2.08)	96 (100)	
	Upper secondary	1 (0.71)	74 (52.48)	66 (40.81)	0 (0.00)	141 (100)	
	Above college	1 (3.03)	16 (48.48)	16 (48.48)	0 (0.00)	33 (100)	
7. Income (monthly mean, 10,000 won unit)	- 50	5 (6.85)	55 (75.34)	11 (15.07)	2 (2.74)	73 (100)	p=0.000***
	51 - 70	1 (1.39)	49 (68.06)	22 (30.56)	0 (0.00)	72 (100)	
	71 - 90	0 (0.00)	41 (56.94)	30 (41.67)	1 (1.39)	72 (100)	
	91 - 120	2 (1.72)	56 (48.28)	56 (48.28)	2 (1.72)	116 (100)	
	121 - 150	0 (0.00)	28 (44.44)	34 (53.59)	1 (1.59)	63 (100)	
	151 - 200	0 (0.00)	14 (35.90)	25 (64.10)	0 (0.00)	39 (100)	
	200 -	1 (5.56)	7 (38.89)	10 (55.56)	0 (0.00)	18 (100)	
Total		9 (1.96)	253 (55.24)	190 (41.48)	6 (1.31)	458 (100)	

* p<0.05

** p<0.01

*** p<0.001

찬의 가짓수가 많은데, 이는 한과 윤(1987)의 조사결과와 일치한다. 연령인 경우에는 50~59세에서 p<0.01수준에서 반찬의 가짓수가 가장 많은 것으로 나타나고 있다.

5) 아침식사와 식탁의 형태

아침식사는 밥식으로 한다는 경우가 94.5%로 나타

났으며, 빵식을 하는 경우는 3.9%에 불과하다. 이로써 제주지역 주부들이 아침을 주로 밥식으로 하고 있음을 알 수 있다.

아침식사의 형태는 모든 변수에서 유의적 관계를 보이지 않지만, 대개 월수입이 많은 경우와 대졸인 경우에 빵식의 비가 조금 높는데, 무학인 경우에 0%인데 비하여 대졸인 경우는 12.50%이다. 연령에서는

Table 6. Style of the usual dining table

Variable	Group	Western style	Korean style	Both	Total	Chi-square
		N (%)	N (%)	N (%)		
1. Age (yrs)	- 39	33 (24.26)	87 (63.97)	16 (11.76)	136 (100)	p=0.000***
	40 - 49	33 (41.25)	35 (43.75)	12 (15.00)	80 (100)	
	50 - 59	21 (22.34)	60 (63.83)	13 (13.83)	94 (100)	
	60 - 69	7 (8.64)	69 (85.19)	5 (6.17)	81 (100)	
	70 -	7 (10.29)	58 (85.29)	3 (4.41)	68 (100)	
2. Living area (in/ out of Cheju city)	City residents	82 (24.92)	209 (63.53)	38 (11.55)	329 (100)	p=0.002*
	Out-of-towners	14 (11.97)	95 (81.20)	8 (6.84)	117 (100)	
3. Extra work on top of house keeping	Yes	48 (20.25)	168 (70.89)	21 (8.86)	237 (100)	p=0.198
	No	53 (23.98)	140 (63.35)	28 (12.67)	221 (100)	
4. Family size (person)	1 - 2	4 (5.97)	62 (92.54)	1 (1.49)	67 (100)	p=0.000***
	3 - 4	40 (23.67)	113 (66.86)	16 (9.47)	169 (100)	
	5 - 6	44 (26.67)	95 (57.58)	26 (15.76)	165 (100)	
	7 -	13 (22.41)	39 (67.24)	6 (10.34)	58 (100)	
5. Living with/ without parents	Living with	14 (26.92)	35 (67.31)	3 (5.77)	52 (100)	p=0.326
	Living without	86 (21.45)	269 (67.08)	46 (11.47)	401 (100)	
6. Schooling level	Unschooling	5 (8.93)	49 (87.50)	2 (3.57)	56 (100)	p=0.000***
	Primary school	14 (11.38)	97 (78.86)	12 (9.76)	123 (100)	
	Lower secondary	18 (18.75)	67 (69.79)	11 (11.46)	96 (100)	
	Upper secondary	40 (28.37)	81 (57.45)	20 (14.18)	141 (100)	
	Above college	23 (69.70)	6 (18.18)	4 (12.12)	33 (100)	
7. Income (monthly mean, 10,000 won unit)	- 50	4 (5.48)	69 (94.52)	0 (0.00)	73 (100)	p=0.000***
	51 - 70	16 (22.22)	54 (75.00)	2 (2.78)	72 (100)	
	71 - 90	18 (25.00)	40 (55.56)	14 (19.44)	72 (100)	
	91 - 120	19 (16.38)	80 (68.97)	17 (14.66)	116 (100)	
	121 - 150	19 (29.69)	37 (57.81)	8 (12.50)	64 (100)	
	151 - 200	18 (46.15)	17 (43.59)	4 (10.26)	39 (100)	
	200 -	6 (33.33)	8 (44.44)	4 (22.22)	18 (100)	
Total		101 (22.00)	309 (67.32)	49 (10.68)	459 (100)	

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

39세이하에서 8.98%를 보인 반면, 40~49세에서는 0%를 보이고 있다.

제주시내의 주부들 대상으로 한 다른 조사(고, 1986)에서 아침에 빵식을 하는 주부가 15.2%로 나타났다. 서울시내의 대졸 주부들 대상으로 한 조사(유, 1982)에서는 아침 빵식의 비율이 40%로 나타난

바 있는데, 이들 조사의 결과와 비교하여 본 조사에서의 빵식의 비가 크게 차이가 나는 것은 조사대상자의 교육수준이 앞의 조사들에 비해 낮으며 시외거주자가 많다는 점 외에도 도시락을 준비하는 주부(40대)가 많기 때문으로 생각된다. 한편 아침에 결식한다는 응답은 0.2%에 불과해서 바람직한 현상을 보이

고 있으며, 라면, 국수, 죽류의 섭취는 주로 점심에 이루어지고 있다.

식탁의 형태를 보면, 의자를 사용하는 식탁에서 식사하는 경우는 22%로 나타나고 있는데, 이는 윤(1993)의 조사에서의 14.4%보다 높은 것이다. 그러나 김(1984)의 연구에서 맛벌이 하는 경우에는 85.5%가 주방구조가 입식이고 일반가정의 경우도 70.1%가 입식으로 나타난 것이라든가 그 밖의 조사들(고, 1986; 윤, 1993)에서 51.9%, 53.8%가 입식부엌인 것으로 나타난 것과 비교하면, 위의 의자식 식탁 사용의 비율은 입식부엌의 비율보다는 매우 낮은 것이다. 물론 주방의 구조와 식탁의 형태가 반드시 같을 필요는 없지만, 그렇더라도 입식부엌에는 의자를 사용하는 식탁이 편리하게 마련되고, 그래서 주방구조가 입식이면 오래 의자를 사용하는 식탁을 이용하는 사람이 많을 것 같은데, 그렇지 않은 것은 습관상 과거의 상차림 양식에의 의존도가 크기 때문이라고 생각된다.

의자를 사용하는 식탁의 이용은 가족수로는 5~6명, 나이는 40~49세, 학력은 대졸, 그리고 월수입은 150~200만원인 경우에 각 비교군 내에서 가장 높은 유의성($p \leq 0.001$ 수준)을 보여주고 있다. 이는 윤(1993)의 조사와 비슷한 결과로서, 주부가 아주 젊거나 나이가 들어서 가족수가 아주 적은 경우와 무학인 경우, 그리고 월수입이 낮은 경우에 의자 없는 밥상을 이용하는 비율이 아주 높은 것으로 나타나고 있다. 그러나 자녀들의 조부모를 모시고 사는 경우와 상용하는 식탁의 종류와는 큰 관련성이 없고, 시내에 거주하는 주부들과 시외에 거주하는 주부들을 비교해 보면, 전자가 의자사용의 식탁을 많이 이용하는 것으로 나타나고 있다.

6) 저녁식사 때의 가족구성원

하루 세끼의 식사 중에 가장 중점을 두는 저녁식사를 누구와 함께 하는가는 연령, 거주지, 가족수, 교육정도, 그리고 월수입 등에 따라서 유의성 있는 차이를 보여주고 있다.

연령에서는 젊을수록 가족전부가 식사한다는 비율이 81.34%로 높으며, 70세이상에서는 32.35%가 혼자서 식사하는 것으로 나타나고 있다. 거주지별로는, 시외거주의 경우에 가족전부가 함께 식사하는 비율이 낮고, 가족수에서는 1~2명인 경우에 저녁식사

를 남편과 함께 한다가 혼자서 한다가 각각 40%로 나타나고 있으나, 3명이상인 경우는 가족전부와 함께 식사한다는 비가 63~67%정도이고, 그 중 7명이상인 경우는 3~6명인 경우보다 아이들과 식사한다는 비율이 높다.

교육수준에서는, 무학인 경우에 41.07%가 혼자서 식사하고 있으며, 내졸인 경우는 60.16%가 가족전부와 함께 하고 있다. 수입면에서는, 50만원이하에서 혼자 식사하는 비가 37.0%로 높다.

3. 외식의 회수와 종류

경제기획원의 통계에 의하면, 87년의 외식비는 86년에 비하여 48.8%나 크게 증가되고 있을 정도로 국민들의 식생활 양상이 달라지고 있다(모, 1986). 이러한 외식화의 추세가 제주지역에서는 어떠한지를 알아보기 위하여 외식의 회수와 음식종류 등을 조사하였으며, 그 결과는 Table 8과 9에서 보는 바와 같다.

가족이 함께 외식하는 회수는 한 달에 1~2회가 37.5%, 1년에 3~4회가 38.4%이다. 이를 서울, 경기, 강원도의 주부들을 대상으로 한 이 등(1991)의 조사에서 1개월에 1~2회가 42%, 1년에 3~4회가 23.3%를 보인 것과 비교해 보면, 제주지역에서의 외식회수가 아직은 다른 지역보다 뒤지는 편이라고 할 수 있다. 그러나 제주시내 지역인 경우에는 한 달에 1~2회가 45.2%여서 1개월 1회이상인 46%인 김(1992)의 연구나 1개월 1회이상인 39.3%인 장(1988)의 연구 등 다른 지역에 대한 조사결과들과 비교할 때, 제주시 지역에서는 다른 지역에 못지 않는 빈도로 외식하고 있음을 볼 수 있다.

이러한 외식빈도는 연령, 거주지, 가족수, 교육수준 및 월수입에 따른 유의적인 차이를 보이고 있다(Table 9.). 연령이 높을수록 외식빈도가 낮고, 교육수준이 높거나 월수입이 많을수록 외식빈도가 높은 경향을 보이고 있는데, 이는 김(1992)의 연구나 갤럽조사(1990)의 결과와도 일치하는 것이다. 그리고 시내거주자가 시외거주자보다 외식빈도가 유의적으로 높고, 가족수에 있어서는 1~2명인 소수나 7명 이상인 다수의 가족수인 경우보다 3~6명의 가족수에서 외식회수가 높게 나타나고 있다.

외식의 음식종류를 보면, 우리나라 음식을 가장 선

Table 7. Members of the family shaving the supper

Variable	Group	All members	Husband	Housewife alone	Children	Total	Chi-square
		N(%)	N(%)	N(%)	N(%)		
1. Age (yrs)	- 39	109(81.34)	6(4.48)	9(6.72)	10(7.46)	134(100)	p=0.000**
	40 - 49	42(53.16)	18(22.78)	6(7.59)	13(16.46)	79(100)	
	50 - 59	46(48.94)	27(28.72)	9(9.57)	12(12.77)	94(100)	
	60 - 69	40(49.38)	25(30.86)	11(13.58)	5(6.17)	81(100)	
	70 -	24(35.29)	17(25.00)	22(32.35)	5(7.35)	68(100)	
2. Living area (in/ out of Cheju city)	City residents	206(63.19)	57(17.48)	30(9.20)	33(10.12)	326(100)	p=0.000**
	Out-of-towners	53(45.30)	31(26.50)	24(20.51)	9(7.69)	117(100)	
3. Extra work on top of house keeping	Yes	134(56.78)	42(17.80)	36(15.25)	24(10.17)	236(100)	p=0.158
	No	127(57.99)	51(23.29)	20(9.13)	21(9.59)	219(100)	
4. Family size (person)	1 - 2	8(11.94)	29(43.28)	27(40.30)	3(4.48)	67(100)	p=0.000**
	3 - 4	112(67.07)	27(16.17)	18(10.78)	10(5.99)	167(100)	
	5 - 6	104(63.41)	32(19.51)	9(5.49)	19(11.59)	164(100)	
	7 -	37(63.79)	5(8.62)	3(5.17)	13(22.41)	58(100)	
5. Living with/ without parents	Living with	34(65.38)	6(11.54)	3(5.77)	9(17.31)	52(100)	p=0.044
	Living without	224(56.28)	85(21.36)	53(13.32)	36(9.05)	398(100)	
6. Schooling level	Unschooling	19(33.93)	9(16.07)	23(41.07)	5(8.93)	56(100)	p=0.000**
	Primary school	65(52.85)	34(27.64)	10(8.13)	14(11.38)	123(100)	
	Lower secondary	57(60.64)	25(26.60)	6(6.38)	6(6.38)	94(100)	
	Upper secondary	94(67.14)	18(12.86)	12(8.57)	16(11.43)	140(100)	
	Above college	20(60.16)	5(15.15)	4(12.12)	4(12.12)	33(100)	
7. Income (monthly mean, 10,000 won unit)	- 50	23(31.51)	16(21.92)	27(36.99)	7(9.59)	73(100)	p=0.000**
	51 - 70	44(61.97)	18(25.35)	4(5.63)	5(7.04)	71(100)	
	71 - 90	48(66.67)	13(18.06)	6(8.33)	5(6.94)	72(100)	
	91 - 120	66(57.39)	27(23.48)	13(11.30)	9(7.83)	115(100)	
	121 - 150	38(60.32)	11(17.46)	2(3.17)	12(19.05)	63(100)	
	151 - 200	24(61.54)	5(12.82)	4(10.26)	6(15.38)	39(100)	
	200 -	13(72.22)	3(16.67)	1(5.56)	1(5.56)	18(100)	
Total		261(57.24)	93(20.39)	57(12.50)	45(9.87)	456(100)	

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

호하고 있는데 (69.5%), 이는 다른 연구들(송과 홍, 1992; 이, 1991)과도 일치한다. 그러나 한식 다음의 선호음식에 있어서는 본 조사에서는 양식이 9.9%, 중국식이 8.7%, 일본식이 6.9% 등으로 나타나, 송과 홍(1992)의 중국식 25.6%, 양식 15.7%나 이(1991)의 양식 29.9%, 중국식 15.1% 등과 비교할 때, 다른

지역에 비하여 제주지역 사람들이 외식할 때 양식이나 중국식을 택하는 회수가 비교적 낮음을 볼 수 있다.

양식 선택은 39세 이하에서 20.8%로 다른 연령층에 비해 높은 반면에, 이 연령층에서의 화식의 비는 특히 낮게 나타나고 있다. 수원지역의 경우(송과 홍,

Table 8. Frequency of dining out with the family

Variable	Group	Above 1/Week	1~2/Month	3~4/Month	3~4/Year	The others	Total	Chi-square
		N (%)	N (%)	N (%)	N (%)	N (%)		
1. Age (yrs)	- 39	7 (5.22)	83(61.94)	6 (4.48)	35(26.12)	3 (2.24)	134(100)	p=0.000***
	40 - 49	2(2.56)	24(30.77)	3(3.85)	40(51.28)	9(11.54)	78(100)	
	50 - 59	4 (4.35)	31(33.70)	3(2.17)	35(38.04)	20(21.74)	92(100)	
	60 - 69	2(2.47)	21(25.93)	3(3.70)	36(44.44)	19(23.46)	81(100)	
	70 -	0(0.00)	10(15.15)	2(3.03)	27(40.91)	27(40.91)	66(100)	
2. Living area (in/out of Cheju city)	City residents	12(3.72)	146(45.20)	14(4.33)	119(36.84)	32(9.91)	323(100)	p=0.000***
	Out-of-towners	2(1.74)	20(17.39)	2(1.74)	47(40.87)	44(38.26)	115(100)	
3. Extra work on top of house keeping	Yes	11(4.70)	91(38.89)	5(2.14)	81(34.62)	46(19.66)	234(100)	p=0.051
	No	4(1.85)	78(36.11)	11(5.09)	92(42.59)	31(14.35)	216(100)	
4. Family size (persons)	1 - 2	2(3.03)	8(12.12)	2(3.03)	21(31.82)	33(50.00)	66(100)	p=0.000***
	3 - 4	7(4.19)	78(46.71)	7(4.19)	58(34.73)	17(10.18)	167(100)	
	5 - 6	4(2.48)	64(39.75)	4(2.48)	73(45.34)	16(9.94)	161(100)	
	7 -	2(3.51)	19(33.33)	3(5.26)	21(36.84)	12(21.05)	57(100)	
5. Living with/without parents	Living with	2(3.85)	21(40.38)	3(5.77)	18(34.62)	8(15.38)	52(100)	p=0.870
	Living without	13(3.30)	147(37.31)	13(3.30)	152(38.58)	69(17.51)	394(100)	
6. Schooling level	Unschooling	0(0.00)	4(7.14)	2(3.57)	19(33.93)	31(55.36)	56(100)	p=0.000***
	Primary school	2(1.64)	31(25.41)	2(1.64)	61(50.00)	26(21.31)	122(100)	
	Lower secondary	2(2.15)	37(39.78)	4(4.30)	44(47.31)	6(6.45)	93(100)	
	Upper secondary	9(6.47)	77(55.40)	6(4.32)	38(27.34)	9(6.47)	139(100)	
	Above college	2(6.06)	18(54.55)	2(6.06)	8(24.24)	3(9.09)	33(100)	
7. Income (monthly mean, 10,000 won unit)	- 50	0(0.00)	6(8.45)	2(2.82)	24(33.80)	39(54.93)	71(100)	p=0.000***
	51 - 70	0(0.00)	23(32.39)	0(0.00)	39(54.93)	9(12.68)	71(100)	
	71 - 90	3(4.23)	28(39.44)	0(0.00)	34(47.89)	6(8.45)	71(100)	
	91 - 120	8(6.96)	49(42.61)	2(1.74)	47(40.87)	9(7.83)	115(100)	
	121 - 150	2(3.28)	34(55.74)	3(4.92)	15(24.59)	7(11.48)	61(100)	
	151 - 200	0(0.00)	22(56.41)	7(17.95)	5(12.82)	5(12.82)	39(100)	
	200 -	2(11.11)	7(38.89)	2(11.11)	5(27.78)	2(11.11)	18(100)	
Total		15(3.33)	169(37.47)	16(3.55)	173(38.36)	78(17.29)	451(100)	

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

1992)는 50대이상에서 한식과 중국식 및 양식을 두루 섭취하여, 본 조사에서의 50대이후의 높은 한식 선호도와는 다른 양상을 보였다. 또한 교육수준이 낮고, 연령이 많고, 소득이 적은 층에서 한식선호의 비율이 높으며, 고소득층에서는 다른 소득층에 비하여 화식과 양식을 택하는 비율이 높고, 고학력층 역

시 양식선호의 비율이 높다.

이러한 외식의 회수와 음식종류는 연령, 교육수준, 그리고 수입정도에 의하여 각각 p<0.01의 수준에서 유의적인 차이를 보이고 있다.

4. 가공식품의 이용

Table 9. Type of food in the dining out with the family

Variable	Group	Korean style	Japanese style	Chinese style	Western style	Powdered food	Snack	Buffet	Total	Chi-square
		N (%)	N (%)	N (%)	N (%)	N (%)	N (%)	N (%)		
1. Age (yrs)	- 39	81(62.31)	5(3.85)	9(6.92)	27(20.77)	6(4.62)	0(0.00)	2(1.54)	130(100)	p=0.000***
	40 - 49	44(60.27)	6(8.22)	10(13.70)	8(10.96)	3(4.11)	1(1.37)	1(1.37)	73(100)	
	50 - 59	57(72.15)	4(5.06)	10(12.66)	3(3.80)	2(2.53)	0(0.00)	3(3.80)	79(100)	
	60 - 69	54(78.26)	9(13.04)	3(4.35)	2(2.90)	0(0.00)	0(0.00)	1(1.45)	69(100)	
	70 -	44(84.62)	4(7.69)	3(5.77)	0(0.00)	1(1.92)	0(0.00)	0(0.00)	52(100)	
2. Living area (n./out of Cheju city)	City residents	200(66.23)	24(7.95)	23(7.62)	37(12.25)	10(3.31)	1(0.33)	7(2.32)	302(100)	p=0.012*
	Out-of-towners	73(79.35)	4(4.35)	12(13.04)	2(2.17)	1(1.09)	0(0.00)	0(0.00)	92(100)	
3. Extra work on top of house keeping	Yes	142(69.27)	13(6.34)	22(10.73)	17(8.29)	7(3.41)	0(0.00)	4(1.95)	205(100)	p=0.574
	No	138(69.70)	15(7.58)	13(6.57)	23(11.52)	5(2.53)	1(0.51)	3(1.52)	198(100)	
4. Family size (person)	1 - 2	36(76.60)	4(8.51)	4(8.51)	0(0.00)	1(2.13)	0(0.00)	2(4.26)	47(100)	p=0.332
	3 - 4	101(65.58)	8(5.19)	15(9.74)	21(13.64)	8(5.19)	0(0.00)	1(0.65)	154(100)	
	5 - 6	106(71.14)	11(7.38)	10(6.71)	16(10.74)	2(1.34)	1(0.67)	3(2.01)	149(100)	
	7 -	37(69.81)	5(9.43)	6(11.32)	3(5.66)	1(1.89)	0(0.00)	1(1.89)	53(100)	
5. Living with/ without parents	Living with	29(61.70)	4(8.51)	4(8.51)	7(14.89)	1(2.13)	0(0.00)	2(4.26)	47(100)	p=0.677
	Living without	246(70.09)	24(6.84)	31(8.83)	33(9.40)	11(3.13)	1(0.28)	5(1.42)	351(100)	
5. Schooling level	Unschooling	33(80.49)	2(4.88)	4(9.76)	0(0.00)	2(4.88)	0(0.00)	0(0.00)	41(100)	p=0.000***
	Primary school	81(77.14)	6(5.71)	11(10.48)	4(3.81)	2(1.90)	0(0.00)	1(0.95)	105(100)	
	Lower secondary	63(69.23)	6(6.59)	8(8.79)	8(8.79)	5(5.49)	0(0.00)	1(1.10)	91(100)	
	Upper secondary	84(64.62)	7(5.38)	9(6.92)	24(18.46)	2(2.31)	0(0.00)	3(2.31)	130(100)	
	Above college	14(46.67)	7(23.33)	2(6.67)	4(13.30)	0(0.00)	1(3.33)	2(6.67)	30(100)	
7. Income (monthly mean, 10,000 won unit)	- 50	38(82.61)	2(4.35)	3(6.52)	1(2.17)	2(4.35)	0(0.00)	0(0.00)	46(100)	p=0.000***
	51 - 70	46(70.77)	4(6.15)	7(10.77)	4(6.15)	3(4.62)	0(0.00)	1(1.54)	65(100)	
	71 - 90	36(51.43)	4(5.71)	13(18.57)	13(18.57)	4(5.71)	0(0.00)	0(0.00)	70(100)	
	91 - 120	82(78.10)	7(6.67)	5(4.76)	7(6.67)	3(2.86)	0(0.00)	1(1.95)	105(100)	
	121 - 150	40(66.67)	4(6.67)	3(5.00)	9(15.00)	0(0.00)	0(0.00)	4(6.67)	60(100)	
	151 - 200	24(64.86)	5(13.51)	3(8.11)	4(8.11)	0(0.00)	0(0.00)	1(2.70)	37(100)	
	200 -	9(60.00)	2(13.33)	1(6.67)	2(13.13)	0(0.00)	1(6.67)	0(0.00)	15(100)	
Total		280(69.48)	28(6.95)	35(8.68)	40(9.93)	12(2.98)	1(0.25)	7(1.74)	403(100)	

* p<0.05

** p<0.01

*** p<0.001

가공식품의 섭취는 이를 동안 섭취한 음식 전체의 21.82%를 차지하고 있는데, 그 중 참치는 5.9%, 라면은 5.58%, 햄류는 2.58% 등이었다.

가공식품들만 가지고 비교하면, 참치가 24.52%, 라면이 23.20%, 햄 10.71%, 오징어 5.87%, 단무지 5.43%, 소세지 4.55% 등의 순으로서, 송과 홍(1992)의 햄류 19.2%, 라면 17.8%, 참치 13.1% 등과는 다

르게 나타나고 있다. 즉 햄과 참치류 간의 차이가 큼을 볼 수 있는데, 이는 조사대상자의 연령층이 본 조사에서는 고령층이 많기 때문으로 생각된다.

1주일 단위의 이용빈도를 보면, 라면류는 조사대상자의 35.38%가, 참치류는 34.55%가 한 주일에 1~2회 섭취하고 있으며, 1주일에 3~5회 섭취한다는 경우도 라면류가 32.4%, 참치류는 28.8%이다. 햄 및

소세지류는 주 1~2회가 24.5%, 주 3~4회가 14.41%로서, 오뎅과 어묵류의 23.94%, 10.59%보다 이용율이 높은 것으로 나타나고 있다.

생선통조림은 주 1~2회 섭취가 8.05%로 저조하나, 김구이의 경우는 주 1~2회 섭취자가 30.29%일 뿐만 아니라 1일 1~2회 섭취한다는 사람도 16.73%나 되어 가공식품 중 식탁에 오르는 빈도가 가장 높다.

장아찌류는 한 달에 단 한번도 섭취하지 않는다는 사람이 17.16%로 그 섭취빈도가 그리 높지 않은 편이다. 이는 고(1986)의 연구에서 저장채소류의 섭취가 낮다는 조사결과와 비슷한 현상이라고 볼 수 있다.

이러한 가공식품들의 섭취빈도와 연령, 학력, 수입 등과의 상관관계는 유의성이 나타나지 않고 있지만, 그런대로 대개 라면류, 오뎅, 어묵류 등의 섭취는 노년층 및 학력이 무학인 교육수준이 낮은 층에서 이용빈도가 높고, 참치류를 포함한 생선통조림은 젊은이층과 대졸층에서 그 빈도가 높다. 그러나 햄 및 소세지의 이용은 대졸주부들에게서 가장 낮게 나타났다. 소득별로는 큰 차이를 보이지는 않지만, 가장 낮은 소득층에서 모든 가공식품에 대한 이용율이 가장 낮아, 소득에 따라 식품의 소비유형이 다르다는 Kinsey(1987)의 주장과 일치하고 있다.

된장이나 고추장은 72.4%가 집에서 담그고 있으나, 사다가 먹는 경우도 18%나 되었다. 이는 송과 홍(1992)의 조사결과와 비슷하며, 65.9%만이 매년 집에서 담근다고 한 이(1991)과 더불어 우리 음식의 고유한 맛에 기본이 되는 장류 역시 공업화 및 시장화의 추세에서 예외가 아님을 보여주고 있다. 따라서 이러한 장류의 시장화에 있어서 위생면이나 경제성 외에 전통적인 맛을 간직한 제품이 되도록 하는 노력이 필요한 시점이라고 할 수 있다.

한과 윤(1987)의 지적처럼 우리 밥상차림에서 필수적인 반찬인 김치의 경우는 자기집에서 담근다는 사람이 82.8%, 가끔 사다가 먹는다가 15.3%, 항상 사다 먹는다는 2%이다. 선행의 여러 조사들(이, 1985; 송과 홍, 1992)에서도 김치를 자기 집에서 담근다는 비율이 96~98%를 보이고 있음을 볼 때, 김치는 장류보다 집에서 만들어 먹는 사람이 많음을 알 수 있다. 또한 장류는 연령이 많을수록 집에서 담근

다는 사람이 유의적($p < 0.001$)으로 많으나, 김치의 경우는 연령층이나 직업의 유무 등과 무관하게 담그고 있음을 알 수 있다.

5. 음식별 및 식품별 조리와 섭취

1) 밥류의 섭취

밥류의 섭취는 흰밥 57.10%, 보리밥 10.14%, 잡곡밥 9.36%, 그리고 콩밥 7.24%의 순으로 나타났는데, 밥 대신에 라면, 국수, 빵, 죽 등을 섭취하는 경우도 13.45%나 되었다(Table 10).

이(1991)의 조사에서는 흰밥의 섭취가 63.8%, 보리밥이 29.4%를 보였으며, 송과 홍(1992)의 조사에서는 흰밥 53.1%, 콩밥 19.1%, 보리밥 18.0%를 보였는데, 이 두 조사 모두에서 잡곡밥은 2.5%정도였다. 이 두 조사와 비교할 때, 제주지역에서는 콩밥의 섭취가 다른 지역에 비해 떨어지는 반면에, 잡곡밥의 섭취가 높아 보리밥과 비슷한 섭취빈도를 보이고 있다. 그러나 흰밥선호의 의식구조에서는 제주지역도 다른 곳과 마찬가지로 아직 탈피하지 못하고 있는 상태이다.

밥류의 섭취는 연령에서 유의성을 보였는데($p < 0.001$), 연령이 낮은 층에서 콩밥과 잡곡밥의 섭취가 높은 데 비해서, 연령이 많을수록 보리밥의 섭취가 높게 나타나고 있다. 또한 학력이 높을수록 흰밥의 섭취가 낮고 잡곡밥의 섭취가 높아($p < 0.001$), 고학력일수록 콩이나 기타 잡곡혼식이 더 많았다는 장(1988)의 조사결과와 비슷한 양상을 보이고 있다.

2) 국과 찌개류의 섭취

국과 찌개는 우리의 반상차림에 따르는 필수음식으로서, 이(1985)의 조사보고에 의하면, 피조사자의 과반수가 하루 두끼이상 국이나 찌개를 필요로 하고 있으며, 특히 어머니군에서 학생군에 비하여 그 기호도가 높았고, 또한 그 밖의 여러 조사(이, 1991; 김과 모, 1976)에서도 국의 기호도와 섭취도는 높게 나타나고 있다.

그런데 이러한 국의 기호 내지 섭취의 정도와 그 종류는 주부들의 연령, 학력 및 수입의 정도와 유의성 있는 관계를 지니고 있음을 본 조사의 결과는 보여주고 있다(Table 10).

Table 10에서 보듯이, 된장국의 섭취가 49.35%로

가장 많으며, 그 다음으로 많은 것은 소금이나 간장으로 간하고 육류나 어류가 들어가지 않는 맑은국(17.43%)이고, 그 다음은 쇠고기 맑은장국, 생선국, 탕류, 된장찌개의 순이다. 그런데 이는 이 등(1991)의 조사에서의 된장찌개 섭취빈도 81.8%나 수원지역(송과 홍, 1992)의 조사에서의 된장찌개 66.1%, 된장국 7.4% 등과 비교하여 사뭇 다른 양상의 것으로, 제주지역의 경우에 다른 지역에 비하여 찌개류의 섭취가 저조하고 아울러 찌개류의 발달이 국류에 못미치고 있음을 보여주는 것이며, 이는 또한 과거로부터 이곳 제주지역의 음식조리법이 다른 지역에 비해 간편하고 양념 등 재료도 여러 가지를 사용하지 않는 것과 관련이 있는 것으로 생각된다.

연령별로는 모든 연령층에서 된장국의 섭취가 가장 많으나, 49세이하에서는 쇠고기 맑은장국, 50~59세에서는 생선국의 섭취가 다른 연령층에 비해 많으며, 교육수준별로는 무학에서 된장국과 맑은국의 섭취가 가장 높고, 대졸에서는 맑은국의 섭취가 다른 군에 비하여 낮은 반면에 쇠고기 맑은장국의 섭취가 높다. 소득별로 보면, 된장국과 맑은국의 섭취는 저소득층에서 높고, 생선국의 섭취는 저소득층을 뺀 다른 모든 군에서 비슷한데, 생선국은 지역 특성상 섭취도가 높을 것이라는 예측과는 달리 8.22%에 불과한 것으로 나타나고 있다. 그리고 된장국의 경우는 강(1984)의 지적처럼 찬이 넉넉하지 못할 때에 일상식처럼 애용되는 것으로 생각된다.

3) 육류의 조리

육류의 조리는 국, 찌개·전골, 볶음, 찜·조림, 구이, 편육, 그리고 튀김·전의 순으로 많이 이용하는 것으로 나타나고 있는데(Table 10), 이는 송과 홍(1992)이 조사보고한 구이, 국, 찌개의 순이나 손 등(1981)의 조사에서의 구이, 찜, 튀김 등의 순과는 다른 양상의 것이다. 한편 계절에 따라 조리방법이 달라진다는 지적(고와 홍, 1988)도 있으나, 여하간 제주지역은 다른 지역과는 달리 육류의 조리방법으로서 구이는 많이 이용되지 않고, 국이라든가 찌개, 볶음과 같은 조리방법이 더 많이 애용되는 것으로 보인다.

육류의 조리방법도 주부의 연령이나 학력에 따라 유의성 있는 차이를 보이고 있는데(Table 10), 39세 이하에는 국과 볶음의 조리방법이 서로 비슷하게 많

은 것으로 나타나고 있으나, 40세이상에서는 국에 의한 섭취가 다른 조리방법의 경우보다 월등히 높다. 또한 국졸이하에서는 국의 섭취가 높는데 비하여, 대졸에서는 국에 못지 않게 볶음, 찜, 그리고 조림 등의 섭취도 많은 것으로 나타나고 있다.

육류의 섭취빈도는 40~49세의 연령층과 고학력층에서 가장 높고, 무학 및 저소득층에서 가장 낮은 섭취도를 보이고 있다.

4) 어류의 조리

어류의 조리는 볶음, 조림·찜, 구이, 매운탕·찌개, 국, 튀김, 그리고 횡깃류의 순으로 나타나고 있다(Table 10).

어류의 조리방법에서도 역시 제주지역은 다른 지역(송과 홍, 1992; 손, 1981)과 다른 모습을 보이고 있는데, 즉 앞의 두 연구에서는 구이가 가장 많으나, 본 조사에서는 조림과 구이가 거의 같은 수준인 것으로 나타나고 있다. 또한 볶음이 가장 높게 나타난 것도 특이한 양상의 하나인데, 이는 별치볶음이 많기 때문이며, 튀김인 경우는 갈치튀김이 그 대부분을 차지하고 있다.

다른 연령층에 비하여 젊은 층에서 튀김이 차지하는 비율이 높아, 연령에 따른 유의성 있는 차이를 보이고 있는데, 이는 임(1984)의 조사결과와 같은 것이다. 한편 노년층이나 저학력층 및 저소득층에서는 조림이 많은 데 비하여, 120만원이상의 소득층과 대졸 이상의 학력층에서는 구이가 많은 것으로 나타나고 있다.

어류의 섭취빈도는 50~59세에서 가장 높고, 70세 이후에서 가장 낮으며, 교육수준별로는 국졸의 경우에는 높고, 무학에서는 낮다. 또한 저소득층에서도 섭취빈도가 낮게 나타나고 있다.

5) 채소류의 조리

채소의 조리방법은 숙채가 36.19%, 생채가 31.99%, 구이가 20.22%를 차지하고 있으며, 그 밖에 볶음, 전, 부침류 및 튀김 등의 방법은 그 빈도가 매우 낮은 것으로 나타나고 있다.

생채는 조사에서 배추김치는 제외되었으나 다른 김치류가 포함되어서 그 비율이 높게 나타나고 있고, 구이인 경우에는 김구이가 대부분을 차지하고 있는데, 이렇게 군 김의 사용빈도가 높은 것은 다른 연구

Table 10. Correlation between cooking method and age, schooling level and income

Variable	Group	Boiled rice and/or other cereal						Total	
		Rice	Rice + barley	Rice + soybean	Rice + redbean	Rice + millet	Rice + several cereals		Others
Age	- 39	446(56.89)	42(5.36)	73(9.31)	4(0.51)	10(1.28)	75(9.57)	134(17.09)	784(100)
	40 - 49	249(52.64)	51(10.78)	32(6.77)	2(0.42)	6(1.27)	56(11.84)	77(16.28)	473(100)
	50 - 59	320(57.76)	54(9.75)	41(7.40)	17(3.07)	6(1.08)	49(8.84)	67(12.09)	554(100)
	60 - 69	288(60.76)	52(10.97)	31(6.54)	9(1.90)	9(1.90)	42(8.86)	43(9.07)	474(100)
	70 -	234(57.49)	74(18.18)	18(4.42)	4(0.98)	6(1.47)	30(7.37)	41(10.37)	407(100)
	Total		1537(57.10)	273(10.14)	195(7.24)	36(1.34)	37(1.47)	252(9.36)	362(13.45)
Chi-square		p=0.000***							
Schooling level	Unschooling	180(53.57)	66(19.64)	13(3.87)	13(3.87)	2(0.60)	26(7.74)	36(10.71)	336(100)
	Primary school	435(60.58)	92(12.81)	50(6.96)	10(1.39)	14(1.95)	44(6.13)	73(10.17)	718(100)
	Lower secondary	353(62.70)	29(5.15)	44(7.82)	8(1.42)	5(0.89)	44(7.82)	80(14.21)	563(100)
	Upper secondary	465(56.43)	60(7.28)	66(8.01)	5(0.61)	11(1.33)	85(10.32)	132(16.02)	824(100)
	Above college	66(34.55)	18(9.42)	13(6.81)	0(0.00)	4(2.09)	53(27.75)	37(19.37)	191(100)
	Total		1499(56.95)	265(10.07)	186(7.07)	36(1.37)	36(1.37)	252(9.57)	358(13.60)
Chi-square		p=0.000***							
Income (10,000 won unit)	- 50	250(57.60)	61(14.06)	31(7.14)	18(4.15)	5(1.15)	25(5.76)	44(10.14)	434(100)
	51 - 70	269(64.20)	24(5.73)	27(6.44)	2(0.48)	6(1.43)	35(8.35)	56(13.37)	419(100)
	71 - 90	233(55.61)	45(10.74)	36(8.59)	3(0.72)	5(1.19)	31(7.40)	66(15.75)	419(100)
	91 - 120	408(59.82)	76(11.14)	39(5.57)	6(0.88)	12(1.76)	50(7.33)	92(13.49)	682(100)
	121 - 150	197(52.96)	23(6.18)	35(9.41)	1(0.27)	5(1.34)	58(15.59)	53(14.25)	372(100)
	151 - 200	130(56.52)	24(10.43)	12(5.22)	1(0.43)	4(1.74)	27(11.74)	32(13.91)	230(100)
	200 -	37(34.91)	15(14.15)	13(12.26)	5(4.72)	6(6.00)	20(18.87)	16(15.09)	106(100)
Total		1524(57.25)	268(10.07)	192(7.21)	36(1.35)	37(1.39)	246(9.24)	359(13.49)	2662(100)
Chi-square		p=0.000***							

Variable	Group	Soups					Total	
		Fish soup	Soybean paste soup	Soup with beef and other	Thick soup with beef/pork	Vegetable soup with anchovy stock		Soybean paste stew
Age	- 39	31(7.42)	219(52.39)	69(16.51)	33(7.89)	59(14.11)	7(1.67)	418(100)
	40 - 49	13(5.00)	118(45.38)	46(17.69)	24(9.23)	49(18.85)	10(3.85)	260(100)
	50 - 59	45(12.13)	114(38.81)	57(15.36)	33(8.89)	57(20.25)	15(4.04)	371(100)
	60 - 69	31(8.76)	199(56.21)	53(14.97)	10(2.82)	53(14.97)	8(2.26)	354(100)
	70 -	19(6.57)	155(53.63)	37(12.80)	9(3.11)	57(19.72)	12(4.15)	289(100)
	Total		139(8.22)	835(49.35)	262(15.48)	109(6.44)	235(17.43)	52(3.07)
Chi-square		p=0.000***						
Schooling level	Unschooling	12(5.17)	147(63.36)	21(9.05)	8(3.45)	38(16.38)	6(2.59)	232(100)
	Primary school	53(10.33)	238(46.39)	85(16.57)	24(4.68)	100(19.49)	13(2.53)	513(100)
	Lower secondary	35(10.12)	159(45.95)	58(16.76)	29(8.38)	54(15.61)	11(3.18)	346(100)
	Upper Secondary	28(6.14)	226(49.56)	74(16.23)	38(8.33)	76(16.67)	14(3.07)	456(100)
	Above college	8(8.16)	46(46.94)	17(17.35)	8(8.16)	13(13.27)	6(6.12)	98(100)
	Total		136(8.27)	816(49.60)	255(15.50)	107(6.50)	281(17.08)	50(3.04)
Chi-square		p=0.001***						
Income (10,000 won unit)	- 50	19(6.31)	155(51.50)	35(11.63)	10(3.32)	67(22.26)	15(4.98)	301(100)
	51 - 70	28(10.65)	126(47.91)	46(17.49)	15(5.70)	41(15.59)	7(2.66)	263(100)
	71 - 90	20(8.40)	117(49.16)	28(11.76)	16(6.72)	48(20.17)	9(3.78)	238(100)
	91 - 120	32(7.41)	229(53.01)	72(16.67)	21(4.86)	70(16.20)	8(1.85)	432(100)
	121 - 150	21(8.97)	110(47.01)	33(14.10)	28(11.97)	36(15.38)	6(2.56)	234(100)
	151 - 200	11(8.27)	52(39.10)	36(27.07)	11(8.27)	21(15.79)	2(1.50)	133(100)
	200 -	5(7.35)	30(44.12)	11(16.28)	7(10.29)	10(14.71)	5(7.35)	68(100)
Total		136(8.51)	819(49.07)	261(15.64)	108(6.47)	293(17.56)	52(3.12)	1669(100)
Chi-square		p=0.000***						

제주지역 식생활 형태에 관한 연구

Variable	Group	Meat							Total
		Gui ¹	Gook ¹	Jigae, jeongol ¹	Jim, jorim ¹	Tuigim ⁵	Bockeum ⁶	Pyonjuk ⁷	
Age	- 39	30(9.93)	87(28.81)	49(16.23)	35(11.59)	6(1.99)	71(23.51)	24(7.65)	302(100)
	40 - 49	18(9.14)	69(35.03)	37(18.78)	19(9.64)	18(9.14)	29(14.72)	7(3.55)	197(100)
	50 - 59	11(4.91)	96(42.86)	46(20.54)	20(8.93)	1(0.45)	39(17.41)	11(4.93)	224(100)
	60 - 69	13(7.93)	62(37.80)	37(22.56)	11(6.71)	2(1.22)	26(15.85)	13(7.93)	164(100)
	70 -	7(6.73)	44(42.31)	16(15.38)	12(11.54)	1(0.96)	17(16.35)	7(6.73)	104(100)
	Total	79(7.97)	358(36.13)	185(18.67)	97(9.79)	28(2.83)	182(18.37)	62(6.26)	991(100)
	Chi-square	p=0.000***							
Schooling level	Unschooling	4(5.06)	32(40.51)	20(25.32)	3(3.80)	1(1.27)	12(15.19)	7(8.86)	79(100)
	Primary school	16(6.58)	109(44.86)	39(16.05)	19(7.82)	3(1.23)	41(16.87)	16(6.58)	243(100)
	Lower secondary	17(7.73)	81(36.82)	45(20.45)	12(5.45)	5(2.27)	42(19.09)	18(8.18)	220(100)
	Upper secondary	35(10.09)	102(29.39)	66(19.02)	47(13.54)	10(2.88)	69(19.88)	18(5.19)	347(100)
	Above college	7(8.33)	25(29.76)	13(15.38)	14(16.67)	9(10.27)	14(16.67)	2(2.38)	84(100)
	Total	79(8.12)	349(35.87)	183(18.81)	95(9.76)	28(2.86)	179(18.29)	61(6.27)	973(100)
	Chi-square	p=0.000***							
Income (10,000 won unit)	- 50	6(5.50)	42(38.53)	22(20.18)	10(9.71)	1(0.92)	17(15.60)	11(10.09)	109(100)
	51 - 70	11(7.28)	57(37.75)	30(19.87)	13(8.61)	3(1.99)	26(17.22)	11(7.28)	151(100)
	71 - 90	9(6.25)	45(31.25)	32(22.22)	20(13.89)	5(3.47)	28(19.44)	5(3.47)	144(100)
	91 - 120	27(10.04)	93(34.57)	47(17.47)	20(7.43)	7(2.60)	57(21.19)	18(6.69)	269(100)
	121 - 150	12(7.36)	57(34.97)	25(15.34)	15(9.20)	6(3.68)	34(20.68)	14(8.59)	163(100)
	151 - 200	9(8.41)	45(42.06)	23(21.50)	11(10.28)	3(2.80)	14(13.08)	2(1.87)	107(100)
	200 -	3(7.14)	17(40.48)	5(11.90)	8(19.05)	3(7.14)	6(14.29)	0(0.00)	42(100)
	Total	77(7.82)	356(36.14)	184(18.68)	97(9.85)	28(2.84)	182(18.48)	61(6.19)	985(100)
	Chi-square	p=0.323							

* 1. Broiling 2. Soup 3. Stew 4. Brazing and boiled in soysauce 5. Frying and pan-broiling
6. Pan frying 7. Slices of boiled pork

Variable	Group	Fish and crustacea							Total
		Gui	Jorim	Gook	Jigae, tang ¹	Hoi ²	Bockeum	Tuigim, jeon	
Age	- 39	92(18.29)	89(17.69)	40(7.95)	58(11.53)	34(6.76)	138(27.44)	52(10.34)	503(100)
	40 - 49	46(15.75)	51(17.47)	14(4.79)	34(11.64)	30(10.27)	92(31.51)	25(8.56)	292(100)
	50 - 59	69(18.11)	55(14.44)	45(11.81)	44(11.55)	32(8.40)	108(28.35)	28(7.35)	381(100)
	60 - 69	63(20.72)	58(19.08)	32(10.53)	25(8.22)	18(5.92)	84(27.63)	24(7.89)	304(100)
	70 -	41(18.98)	59(27.31)	19(8.80)	18(8.33)	9(4.17)	51(23.61)	19(8.80)	216(100)
	Total	311(18.34)	312(18.40)	150(8.84)	179(10.55)	123(7.25)	473(27.89)	144(8.73)	1686(100)
	Chi-square	p=0.010**							
Schooling level	Unschooling	34(20.36)	57(34.13)	12(7.19)	7(4.19)	7(4.19)	36(21.56)	14(8.38)	167(100)
	Primary school	83(16.84)	72(14.60)	55(11.16)	60(12.27)	36(7.30)	145(29.41)	42(8.52)	493(100)
	Lower secondary	63(17.70)	61(17.13)	35(9.83)	40(11.24)	27(7.58)	104(29.21)	26(7.30)	356(100)
	Upper secondary	99(18.93)	92(17.59)	37(7.07)	54(10.33)	43(8.22)	149(28.49)	49(9.37)	523(100)
	Above college	28(22.22)	21(16.67)	8(6.35)	15(11.90)	10(7.94)	31(24.60)	13(10.32)	126(100)
	Total	307(18.44)	303(18.20)	147(8.83)	176(10.57)	123(7.39)	465(27.93)	144(8.65)	1665(100)
	Chi-square	p=0.001***							
Income (10,000 won unit)	- 50	30(15.15)	58(29.29)	18(9.09)	14(7.07)	9(4.55)	44(22.22)	25(12.63)	198(100)
	51 - 70	44(16.48)	41(15.36)	29(10.86)	38(14.23)	14(5.24)	76(28.46)	25(9.36)	267(100)
	71 - 90	40(14.49)	67(24.28)	24(8.70)	26(9.42)	20(7.25)	76(27.54)	23(8.33)	276(100)
	91 - 120	86(19.15)	70(15.59)	33(7.35)	52(11.58)	39(8.69)	131(29.18)	38(8.46)	449(100)
	121 - 150	51(20.99)	39(16.05)	21(8.64)	24(9.88)	20(8.23)	72(29.63)	16(6.58)	243(100)
	151 - 200	47(27.33)	23(13.37)	15(8.72)	15(8.72)	12(6.98)	47(27.33)	13(7.56)	172(100)
	200 -	11(15.28)	11(15.28)	7(9.72)	6(8.33)	8(11.11)	22(30.56)	7(9.72)	72(100)
	Total	309(18.43)	309(18.43)	147(8.72)	175(10.44)	122(7.27)	468(27.91)	147(8.77)	1677(100)
	Chi-square	p=0.004**							

* 1. A pepper pot 2. Slice of raw fish and boiled cuttle fish

Variable	Group	Vegetable						Total
		Sukchae ¹	Saengchae ²	Bockeum	joen, buchim ³	Gui	Tuigim	
Age	- 39	220 (34. 21)	194 (30. 71)	56 (8. 17)	17 (2. 64)	152 (23. 64)	4 (0. 62)	643 (100)
	40 - 49	110 (29. 26)	148 (39. 36)	31 (8. 24)	10 (2. 66)	71 (18. 88)	6 (1. 60)	376 (100)
	50 - 59	192 (39. 34)	156 (31. 97)	43 (8. 81)	8 (1. 64)	96 (17. 62)	3 (0. 61)	488 (100)
	60 - 69	149 (37. 16)	107 (26. 68)	34 (8. 48)	14 (3. 49)	93 (22. 19)	4 (1. 00)	401 (100)
	70 -	122 (43. 11)	96 (33. 92)	11 (3. 89)	9 (3. 18)	41 (14. 49)	4 (1. 41)	283 (100)
	Total	793 (36. 19)	701 (31. 99)	175 (7. 99)	58 (2. 65)	443 (20. 22)	21 (0. 96)	2191 (100)
	Chi-square							p=0. 000***
Schooling level	Unschooling	97 (45. 54)	67 (31. 46)	5 (2. 35)	5 (2. 35)	38 (17. 84)	1 (0. 47)	213 (100)
	Primary school	227 (37. 96)	179 (29. 93)	48 (8. 03)	21 (3. 51)	115 (19. 23)	8 (1. 34)	598 (100)
	Lower secondary	168 (35. 82)	166 (35. 39)	47 (10. 02)	8 (1. 71)	75 (15. 99)	5 (1. 07)	469 (100)
	Upper secondary	246 (34. 89)	225 (31. 91)	56 (7. 94)	16 (2. 27)	158 (22. 41)	4 (0. 57)	705 (100)
	Above college	35 (21. 87)	53 (33. 13)	18 (11. 25)	7 (4. 37)	45 (28. 12)	2 (1. 25)	160 (100)
	Total	773 (36. 04)	690 (32. 17)	174 (8. 11)	57 (2. 66)	431 (20. 09)	20 (0. 93)	2145 (100)
	Chi-square							p=0. 000***
Income (10, 000 won unit)	- 50	105 (38. 60)	102 (37. 50)	13 (4. 78)	7 (2. 57)	45 (16. 54)	0 (0. 00)	272 (100)
	51 - 70	121 (34. 67)	121 (34. 67)	25 (7. 16)	10 (2. 87)	68 (19. 48)	4 (1. 15)	349 (100)
	71 - 90	124 (33. 88)	109 (29. 78)	32 (8. 74)	12 (3. 28)	85 (23. 22)	4 (1. 09)	366 (100)
	91 - 120	211 (38. 57)	163 (29. 80)	52 (9. 51)	17 (3. 11)	96 (17. 92)	6 (1. 10)	547 (100)
	121 - 150	108 (34. 29)	108 (34. 29)	31 (9. 84)	2 (0. 63)	63 (20. 00)	3 (0. 95)	315 (100)
	151 - 200	77 (39. 29)	52 (26. 53)	14 (7. 14)	3 (1. 53)	49 (25. 00)	1 (0. 51)	196 (100)
	200 -	34 (31. 48)	37 (34. 26)	5 (4. 63)	2 (1. 85)	25 (26. 85)	1 (0. 93)	108 (100)
	Total	780 (36. 23)	692 (32. 14)	172 (7. 99)	53 (2. 46)	437 (20. 30)	19 (0. 88)	2153 (100)
	Chi-square							p=0. 110***

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

※ 1. Cook vegetable with spices 2. Salad 3. Pan-broiling

결과(송과 홍, 1992)에서도 마찬가지였다. 그러나 숙채의 경우는 수원지역(송과 홍, 1992)의 53.8%에 비하여 낮은 섭취를 보이고 있다.

채소의 조리방법은 연령과 학력에서는 유의성(p<0.001)이 있는 차이를 보이고 있으나, 수입에 따라서는 그렇지 못하다. : 숙채의 섭취는 50세이후와 무학인 경우에 높고, 생채는 40~49세군과 대졸군에서 높으며, 부침류와 볶음류인 경우는 대졸군에서 다른 군보다 높게 나타나고 있다. 김구이는 고소득층 및 대졸층에서 많은 섭취를 보이고 있어서, 고(1986)의 조사결과와 일치하고 있다.

배추김치를 제외한 채소의 섭취빈도는 77.37%인데, 그 중에서도 50~59세군이 86.5%로 가장 높고, 70세이후가 가장 낮으며(69.38%), 저소득층 및 무학군에서 비교적 낮은 섭취를 보이고 있다(62.10% 및 63.39%).

육류, 어류 및 채소류의 섭취빈도를 보면, 50~59세에서 어류와 채소의 섭취빈도가 가장 높고 육류의

섭취인 경우도 두번째로 높아서, 이 연령층에서 식품을 다양하게 섭취하고 있음을 보여주는 데 비하여, 70세이후는 육류, 어류 및 채소의 섭취 모두에서 가장 낮은 빈도를 보이고 있다.

6. 식단내용의 분석

이들 동안 섭취한 식단의 내용을 분석한 결과, 일품요리에 들어간 밥류를 제외한 밥류에서는 흰밥이 57.10%로 가장 많다. 콩밥인 경우는 그 섭취가 다른 지역(송과 홍, 1992)에 비해서는 저조하나 젊은 층에서 높아지는 추세를 보이고 있으며, 잡곡밥에 있어서는 다른 지역보다 높은 섭취를 나타내고 있다.

주식으로는 밥류 외에 라면, 국수, 빵, 죽, 떡 및 일품요리(볶음밥 등)가 차지하는 비율은 13.45%인데, 이를 다시 분석해 보면, 라면이 23.72%, 빵류가 18.31%, 국수류 15.07%, 떡류 10.96%, 죽류 6.96%, 그리고 기타 볶음밥, 김밥, 비빔밥 등이 24.97% 등으로 나타나고 있어서, 다른 지역들(한과 윤, 1987;

장, 1988) 과 비교하여 국수류의 섭취가 적은 특징을 보이고 있다.

국류에서는 배추된장국의 섭취가 29%로 가장 높고, 배추 외에도 콩나물, 두부, 미역 등이 된장국에 이용되고 있다. 찌개류와 전골류에서는 김치찌개가 48.05%로 섭취빈도가 높으며, 그 주재료로는 김치 외에 돼지고기와 참치가 애용되고 있다(돼지고기김치찌개, 22.99%, 참치김치찌개, 18.39%). 김치찌개 다음으로는 된장찌개(14.48%), 쇠고기찌개(5.75%), 그리고 매운탕(5.52%)의 순이다. 이를 다른 지역(한과윤, 1987)의 된장찌개 45.5% 및 고추장찌개 11.5% 등과 비교해 보면, 제주지역에서는 된장찌개나 고추장찌개보다는 김치찌개가 더 선호되고 있음을 알 수 있다.

반찬류에서는 나물(배추김치를 제외한 숙채, 생채, 장아찌류)이 32.32%, 구이가 19.39%, 볶음 17.54%, 조림 9.67%, 그리고 기타의 순으로 섭취되고 있다. 나물로는 콩나물무침이 17.75%로 가장 높고, 구이는 김구이 52.58%, 옥돔구이 13.38%, 갈치구이 11.39%의 순으로 섭취되고 있으며, 볶음인 경우는 멸시볶음 45.79%, 돼지고기볶음 8.04%, 그리고 오징어채볶음, 오뎅볶음의 순으로, 돼지고기 등 몇 가지를 빼고는 주로 마른 식품들을 이용하고 있다. 조림은 고등어조림 18.12%, 갈치조림 12%, 두부조림 10.45%의 순인데, 콩조림은 3.06%로 다른 지역(송과홍, 1992)의 15.2%에 비하여 저조하다. 찜은 계란찜 51.92%, 닭찜 11.53%, 갈비찜 11.54%, 그리고 두부찜과 아구찜이 각 10%정도의 순이며, 부침류로는 주로 계란을 이용한 것이 59.21%로 가장 높고, 나머지는 호박전(7.9%), 두부전, 행전 등의 순으로서, 이는 송과홍(1992)의 조사결과와 비슷하다.

또한 식단에 나타난 음식의 재료들 중에서 가공식품류는 찾아내어, 그 가공식품들이 어떤 음식에 어떻게 이용되나를 분석한 결과, 가공된 참치는 주로 찌개에 많이 이용되고 있으나(22.2%), 조리하지 않고 그냥 먹는 경우도 11.35%나 되며, 그 밖에 볶음이나 부침, 조림, 국 등에 이용되고 있다. 햄과 쏘세지는 주로 볶음과 부침에 이용되고, 그 다음으로서는 김밥 등에 이용되고 있으며, 오뎅은 볶음에, 맛살은 김밥에 주로 이용되고 있어서, 대체적으로 봐서 가공식품들은 볶음밥, 김밥 등의 일품요리나 찌개, 부침류,

볶음 등에 많이 이용되는 것으로 나타나고 있다.

적 요

1. 식단을 실행할 때에 전체적으로는 식성에 중점을 두는 경우가 67.8%로 가장 많으나, 대졸이상의 주부군에서는 영양에 중점을 두는 경우도 45.5%나 된다.
2. 식단의 내용을 결정할 때에 남편중심이 44.5%로 가장 많으며, 자녀중심인 경우도 34.1%나 되는데, 50대이후와 젊은 주부들에서는 남편중심의 비율이 높고, 40대에서는 자녀중심의 비율이 높다.
3. 하루 중에서 가장 중점을 두는 끼니는 저녁식사로 74.95%나 되지만, 시외에 거주하는 주부들인 경우에는 35.09%가 아침에 중점을 두고 있다.
4. 하루 세끼니 전부를 밥상차림을 하는 경우는 66.2%로 나타나고 있는데, 특히 식구가 1~2명인 소가족의 경우와 노년층에서 밥상차림의 비율이 높다.
5. 반찬수는 3~4가지가 55.2%, 5~6가지가 41.5%이며, 50~59세의 연령층 및 가족수가 많고, 교육정도가 높고, 소득이 높은 군에서 반찬가짓수가 많다.
6. 아침식사는 거의 모두가 밥식을 하고 있어서 94.5%나 되며, 의자를 사용하는 식탁의 상차림을 하는 경우는 22%정도인 것으로 나타나고 있다. 저녁식사를 가족과 함께 하는 경우는 57.24%인데, 특히 40대이후의 연령층과 대졸이상의 학력층인 경우에 가족과 함께 식사하는 비율이 높다.
7. 외식회수에서 가장 많은 경우는 한달 1~2회로서, 전체적으로는 37.5%이며, 시내에 거주하는 주부들인 경우에는 보다 높은 비율을 보여서 45.2%이다. 외식의 종류로는 한국음식이 69.5%로 단연 많고, 다음으로는 서양음식 9.9%, 중국음식 8.7%, 일본음식 6.9%의 순으로 나타나고 있다.
8. 가장 많이 이용하는 가공식품은 참치(24.52%)이고, 그 다음으로는 라면(23.20%)과 햄(10.71)

-)이다.
9. 장류나 김치를 줄곧 자기집에서 만들어 이용하는 경우는 된장 및 고추장은 72.4%, 김치는 82.8%로 나타나고 있다.
 10. 음식별 및 식품별 조리법을 보면,
 - 1) 밥류는 흰밥 57.10%, 보리밥 10.14%, 잡곡밥 9.36%, 콩밥 7.24%의 순으로 많이 섭취하고 있다.
 - 2) 국은 된장국 49.35%, 맑은국 17.43%, 쇠고기 맑은장국 15.48%, 생선국 8.2%의 순으로 나타나고 있다.
 - 3) 육류의 조리는 국 36.13%, 찌개와 전골 18.67%, 볶음 18.37%, 찜·조림 9.79%, 구이 7.97%의 순이다.
 - 4) 어류의 조리는 볶음 27.89%, 조림·찜 18.40%, 구이 18.34%, 그리고 찌개나 매운탕 10.55%의 순이다.
 - 5) 채소의 조리인 경우는 숙채 36.19%, 생채 31.99%, 구이가 20.22% 순으로 나타나고 있다.
 11. 2일간의 식단을 분석한 결과를 보면,
 - 1) 밥류 외에 주식으로서 라면, 국수, 빵, 죽, 떡, 그리고 일품요리(볶음밥, 김밥, 오무라이스 등)가 차지하는 비율은 13.45%이다.
 - 2) 국은 54.98%가 섭취하고 있는데, 된장국의 섭취가 가장 많으며, 그 중에서도 배추된장국의 섭취가 가장 많다. 전골이나 찌개류의 섭취는 15.36%로 나타나고 있는데, 찌개류에서는 김치 찌개가 가장 많아 48.05%를 보이고 있다.
 - 3) 반찬은 나물(32.32%), 구이(19.39%), 볶음(17.54%), 조림(9.67%)의 순으로 나타나고 있다.
 - 4) 가공식품의 이용은 그대로 사용하는 경우가 17.49%나 되며, 볶음이나 전, 볶음밥, 김밥 등에는 햄과 소세지가 많이 이용되고, 찌개에는 참치가 많이 이용되고 있다.

참 고 문 헌

- 안인숙, 이영미, 문수재, 1988. 중년기 여성의 식생활 행동에 관한 조사연구, 대한가정학회지, 26(1):43-49.
- 안숙자, 1977. 서울 주부들의 영양교육 현황에 관한 조사연구, 대한가정학회지, 15(3):19-32.
- 한인규, 1978. 한국인의 식품소비구조, 한국영양학회지, 11(2):1.
- 한경선, 윤서석, 1987. 한국 가정의 일상식의 구조에 관한 연구, 대한가정학회지, 25(2):69-77.
- 한국갤럽, 1990. 한국인의 식생활 라이프 스타일, 한국갤럽조사연구소.
- 홍양자, 1993. 식생활, 제주도지, 3:788-813.
- 장현숙, 1988. 도시 및 농촌거주 주부의 식습관에 관한 연구, 대한가정학회지, 26(4):15-30.
- 강인희, 1984. 한국 식생활풍속, 삼영사.
- 김혜경, 1987. 주부들의 영양교육을 위한 사전연구, 대한가정학회지, 25(2):55-68.
- 김기남, 모수미, 1976. 자녀의 식습관 육성에 미치는 부모의 영향에 관한 조사연구, 한국영양학회지, 9(1):25-42.
- 김미리, 1984. 맞벌이 가정과 일반 가정의 식생활 현황에 관한 비교연구, 한국영양학회지, 13(1):107-116.
- 김우경, 1992. 주부들의 식생활에 대한 관심도와 조리원리 및 조리방법의 지식에 관한 연구, 한국식품화학학회지, 7(2):157-171.
- Kinsey, S., 1987. Changing Food Market Demographic Implications for Food Processors, *The America Association of Cereal Chemists*, 32(6):425.
- 고양숙, 1985. 제주지역 주부들의 식생활 태도에 관한 연구: 식품 구매행동을 중심으로, 제주대학교 논문집 자연과학편, 20:165-176.
- 고양숙, 1986. 제주지역 주부들의 식생활 태도에 관한 연구: 식품 기호 중심, 제주대학교 논문집 자연과학편, 22:185-201.
- 고양숙, 홍양자, 1988. 제주도의 지역별, 계절별 식품 영양 섭취실태에 관한 조사연구 제주대학교 논문집 자연과학편, 26:93-107.
- 이정주, 1985. 서울지역을 대상으로한 식습관의 변화에 관한 연구, 중앙대학교 대학원 석사학위논문

- 문.
- 이영미, 1981. 지역, 연령, 성별에 따른 한국인의 섭식태도 및 기호도에 관한 실태조사. 연세대학교 대학원 식생활DM:369.
- 이영남, 신민자, 김복남, 1991. 전통음식의 현황에 관한 연구, 한국식문화학회지, 6(1):71-81.
- 모수미, 1986. 외식산업의 발달이 국민 영양 및 식생활에 미치는 영향. 보건사회부 연찬회보고서, pp. 99-115.
- 문수재, 양일선, 이민준, 1992. 산업문화의 형태에 따른 식생활 변화가 국민 영양과 식문화에 미치는 국제적 비교연구. 한국식문화 연구논문집, 3:191.
- Shafer, R. B., 1978. Factors affecting food behavior and quality of husbands and wives diet. *J. Am. Diet. Assoc.*, 72:138-148.
- 송병진, 홍심야, 1992. 수원지역 식생활 형태에 관한 연구, 한국조리과학회지, 8(1):49-56.
- 손경희, 문수재, 이영미, 1981. 각 연령층에 따른 한국인의 섭식태도 및 영양실태의 생태학적 연구, 연세논총, 347.
- 손경희, 문수재, 이명희, 1988. 도시주부의 식품소비구조 변화와 미래의 식생활 향상을 위한 연구, 대한가정학회지, 26(4):53-65.
- 임국이, 1984. 중도시 주부들의 식품 및 영양에 대한 의식조사, 대한가정학회지, 22(1):117-128.
- 유혜경, 1982. 대학출신 주부들의 식생활 실태에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 유영상, 1980. 식생활 관리실태에 관한 연구, 대한가정학회지, 18(10):53-66.
- 윤숙경, 1993. 풍기지역 식문화 양상에 관한 연구, 한국식문화학회지, 8(1):21-42.