

濟州地域 就學前兒童의 食習慣에 관한 調查研究

洪 陽 子

A Study on Dietary Habits of Preschool Children in Cheju Area

Hong Yang-ja

Summary

The present study paper is intended to investigate the dietary habits of preschool children, related to their own physical growth and their mother's dietary habit and nutrition knowledge etc., and then to provide basic data on promoting the nutrition education and care for their health.

The survey covered a total 292 preschool children in both sexes sample randomly from 5 nursery schools in Cheju city area, by means of questionnaires that were distributed to their mothers, during the period from Nov. 24. to Dec. 10. in 1983.

The major findings are:

The male and female respondent children with normal weight were 52.34% and 41.56% respectively, whereas those of children with underweight 36.45% and 53.25%.

The Mean Score of children's dietary habit was 46.14 marks out of a possible 150, and that of their mothers 4.74 out of 10.

21.02% of the male and 22.96% of the female children had the dietary habits of 'poor' level whereas merely 4.46% and 2.96% respectively were 'excellent'. For the mother subjects, 18.09% of them had the 'poor' dietary habit, and the mean score of their nutrition knowledge was 12.48 marks out of a possible 19.

The considerable correlation between the dietary habit of children and that of their mother, and between the dietary habit of children and the nutrition knowledge of their mothers were found ($p < .05$ respectively).

緒 言

인간이 身體的 및 精神的으로, 그리고 社會的인 면에서 완벽한 安寧과 發展을 누릴려면 健康하여야 하며 (Sandstead 등 1973), 건강하기 위하여서는 그 必順的 要因으로서 完全營養 (good nutrition)이 요청된다.

그런데 완전 영양은 올바른 營養實踐에 의하여서만 이뤄질 수 있으며, 영양 실천을 올바르게 하는데에는 乳·幼兒시절에서부터 食習慣을 바람직하게 形成하도록 하는 일이 중요하다.

食習慣에 영향을 주는 要因들로는 文化的 요인 (Lee 1957, Nichott 1969), 地域的 요인 (Sexton 1974), 經濟的 요인 (Nichott 1969, McKenzie 1974, Inano 1975),

家族의 영향(Cosper 등 1975, Schafer 1978), 宗教의 영향(Moor 1957, Nichott 1969). 매스컴의 영향(Holden 1971), 教育의 효과(Young 등 1945, Anderson 등 1979), 및 必理的 要因(willson 등 1968) 등등이 舉論되고 있다. 특히, Eppright 등(1970)은 어머니의 營養知識과 食事計劃, 調理, 營養에 대한 配慮, 그리고 자녀들에 대한 給食 態度가 어린이들이 섭취하는 飲食의 質을 크게 좌우한다고 하였으며, 金(1982)은 食習慣형성에 가장 큰 영향을 미치는 것은 父母의 指導라고 하였고, Mead(1943)도 역시 개인의 食習慣은 대체로 學齡前에 形成된다고 하였다. 牟(1969)는 가족관계와 家傳의 食習慣에 대한 조사에서 어린 시절에 좋은 식습관을 갖도록 하지 않으면 자라나서는 是正하기가 힘들다고 하였다. 그 밖에도, 송(1964), 李 등(1976) 김(1977) 등은 食習慣不良집단의 身體計測值가 그렇지 않은 집단에 비하여 낮다는 공동된 報告를 하고 있다.

乳·幼兒營養은 유전적인 潛在性을 나타내는 것과 관련이 있을 뿐만 아니라, 成人이 된 후의 健康과도 밀접한 관계가 있기 때문에(Eckstein 1980), 오늘날 선진 제국은 그 社會成員의 身體的 및 精神的인 質을 향상시키기 위하여 나이 어린 兒童들의 營養을 改善시키는 일에 크게 관심을 기울이고 있다(Eppright 등 1970).

요컨대, 어린 시절에 있어서의 營養管理는 個人的으로는 물론 社會的인 면에서도 莫重하기 때문에, 일찍부터 올바른 食習慣을 形成시켜 줄 필요가 있으며, 이를 위하여서는 父母들 자신부터 먼저 좋은 食習慣을 지니도록 하지 않으면 안된다. 그런데 이러한 改善를 위하여서는, 물론 다각적이고 綜合的인 措處가 강구되고 推進되어야 하겠지만, 우선 現況에 대한 精確한 把握이 필요하다.

그런데도 지금까지 報告된 이 방면에 대한 研究는 위와 같은 要請을 充足시키기엔 너무나 量的으로 부족하고 게다가 地域間的 差異, 時代的인 變遷을 감안하면, 그 未洽한 정도가 尤甚한 실정에 있다고 할 수 있다. 그리하여 本 研究는 濟州地域의 既學前兒童들이 지니고 있는 食習慣의 實態와 그것에 영향을 주는 要因들에 대하여 調査·分析하므로써 營養教育에 기초적인 資料를 제공하고, 이를 통하여 國民保健에 一助를 하고자 하였다.

研究內容 및 方法

1983년 11월 24일부터 12월 10일까지 濟州市內所在 5개의 幼稚園에 다니는 男兒 157명, 女兒 135명, 都合 292명의 園兒들과 그들의 父母들을 대상으로 하여 다음과 같은 內容을 조사·연구하였다.

1. 一般狀況 調査

조사대상자들의 年齡, 아동의 兄弟姊妹數와 出生順位, 授乳 및 離乳의 상황, 가정의 月收入, 어머니의 學歷과 職業有無 및 營養情報源 등을 조사하여, 百分率로 나타내었다.

2. 兒童 및 父母의 體位 調査

兒童의 體位, 肥滿度는 Kaup指數—— 체중(g)/신장(cm)² × 10 ——에 의하여 5단계, 즉 13이하이면 너무 마른 편, 13에서 15 사이는 마른 편, 15~19 정상, 19~22 비만한 편, 22이상이면 너무 비만한 편으로 評定하였고, 父母의 경우는 Broca에 의한 理想體重(ideal weight)을 구한 후에, 역시 5단계로 분류, 理想體重 ± 10%이내이면 정상, + 10~20% 過體重, - 10~20% 低體重, + 20%이상 비만, - 20%이하이면 너무 마른 편으로 評定하였다.

3. 兒童 및 어머니의 食習慣實態 調査

兒童의 食習慣은 李 등(1980)의 食生活 診斷表를 참고하였다. 즉 食品群을 6개群으로 나누고, 각 群안에서도 同一한 價値가 있는 식품끼리 묶어서 거기에다가 計點을 부여하여 한끼니 最大點數를 50점, 1일 150점 滿點으로 책정하였으며, 각 食品群別로 하루동안 連續 섭취하지 못한 경우 減點하는 방식을 취하였는데, 그 결과 90점이상이면 現想的, 75점에서 89점 사이는 양호, 50~74점 좀 더 配慮할 필요 있음, 30~49점 不良, 29점이하이면 매우 불량인 5단계로 評定하였다.

어머니의 食習慣인 경우는 上記 李 등(1980)의 食生

活診斷表와 다른 李 등(1980)이 사용하였던 問項內容을 참고로 하여 作成한 均衡食事に 관한 設問 10개 項을 가지고 調査하였는데, 각 項마다 1週內의 攝取日數가 2일이하이면 0점, 3일에서 5일 사이이면 0.5점, 6일이상이면 1점으로 評點·計算하여 이 점수의 合計들을 가지고 그들의 食習慣을 4단계로 評定하였다. 즉 10점 滿點에서 3점이하이면 불량, 3.5점에서 5.5점 사이는 보통, 6~8점 양호, 8.5점이상이면 優秀로 분류하였다.

4. 어머니의 營養知識 調査

어머니의 營養知識이 그 자녀의 食習慣과 관계가 있는지를 알아 보기 위하여 調査對象兒童의 어머니들이 지니고 있는 營養知識에 대한 調査를 하였다. 이를 위하여 19개의 問項을 作成하였는데, 각 營養素의 機能 및 均衡된 食單의 선택에 관한 지식을 알아 보는 12개 項과 營養素의 食品給源에 관한 지식을 묻는 내용의 7개 項으로 구성하였다. 각 問項마다 맞으면 1점, 틀리면 0점으로 評點·計算하여 총 19점 滿點에서 6점이하이면 低水準, 7점에서 12점 사이이면 보통 수준, 13점이상이면 高水準으로 분류하는 3단계의 營養知識 水準 評定을 하였다.

5. 食習慣과 여러 要因과의 相關關係

가) 어머니의 食習慣, 나) 어머니의 營養知識水準, 다) 어머니의 職業有無, 라) 아동의 出生順位, 마) 아동의 兄弟姊妹數, 바) 가정의 經濟事情 등과 兒童의 食習慣과의 相關關係를 Chi-Square 檢證에 의하여 알아 보았는데, 이를 위한 통계 작업은 電算處理하였다.

結果 및 考察

1. 被調査者의 一般狀況

被調査者의 일반적인 狀況은 표 1에서 보는 바와 같다. 兒童의 나이는 6세가 71.28%, 어머니의 年齡은

31세에서 40세 사이가 58.21%로 가장 많았다. 兄弟姊妹의 數는 男·女兒群 사이에 약간의 分布差가 있지만, 2명 내지 3명이 가장 많아 전체 被調査아동의 77.05%를 차지하고 있으며, 出生順位는 전체의 44.52%가 첫째로서, 男·女兒群 모두 長子女가 가장 많았다. 授乳狀況에 있어서는, 아동의 55.82%가 母乳로 자랐으며, 이는 男·女兒群 사이에 別差가 없었다. 離乳時期는 6개월에서 1년 사이가 전체의 60.96%로서 가장 많았고, 6개월이전인 경우도 24.66%나 차지하였으며, 여기에서도 男·女兒群 사이에 큰 차이가 나타나지 않았다. 가정의 月收入은 21만원에서 30만원 사이가 29.11%, 31만원~40만원이 27.74%로서, 21만원에서 40만원 사이가 전체의 過半數를 차지하였다.

어머니의 學歷은 高卒이 48.97%로 가장 많았고, 中卒인 경우가 24.66%로서 그 다음이었으며, 職業을 가지고 있는 어머니는 전체의 31.16%였으며, 職業의 有無와 學歷水準과는 無關하였다. 어머니들의 48.86%가 營養 내지 健康에 대한 知識을 TV나 라디오를 통하여 얻고 있었으며, 22.60% 新聞이나 雜誌, 21.98%는 친구와 이웃에 주로 依存하고 있는 것으로 나타났는데, Eppright (1972)에 의하면, 經濟水準이 낮은 가정들일수록 營養에 대한 情報를 매스-미디어를 통해서보다는 친구나 이웃들로부터 받아 들인다고 指摘하고 있다.

2. 兒童 및 父母의 體位 調査

표 2-1에서 보듯이, 男兒의 平均身長은 113.35cm, 平均體重 20.28kg, Kaup指數 15.96이며, 女兒는 각각 112.81cm, 18.77kg, 14.94였다. 父母의 경우, 어머니의 平均身長 158.20cm, 體重 53.40kg이며, 아버지는 각각 169.83cm, 67.17kg이었는데, 이는 같은 濟州地域의 大學생의 平均體位(洪 1983)에 비하여, 身長은 男·女別로 각각 거의 비슷하나, 體重은 어머니가 평균 3.5kg, 아버지는 7.6kg이 더 높았다.

體位, 즉 身長에 비추어 體重이 正常인 아동은, 표 2-2에 나타난 바와 같이 男兒群은 52.34%, 女兒群 41.56%로 가장 많고, 그 다음이 마른 편에 속하는 兒童으로 전체의 30.98%, 그리고 너무 마른 편인 13.50

Table 1. General characteristics of subjects surveyed.

							(%)
Children	Number of siblings					Total	
	1	2	3	4 and over			
Male	5.73	41.40	39.49	13.38		100	
Female	6.67	30.37	42.22	20.74		100	
Total	6.16	36.30	40.75	16.78		100	
Children	Birth order				Total		
	1st	2nd	3rd	4th			
Male	39.49	9.55	17.83	8.92		100	
Female	50.37	25.93	14.81	8.89		100	
Total	44.52	30.14	16.44	8.90		100	
Children	Infant feeding			Total			
	Breast	Bottle	Breast & Bottle				
Male	56.05	18.47	25.48		100		
Female	55.56	20.00	24.44		100		
Total	55.82	19.18	25.00		100		
Children	Weaning period			Total			
	Before 6 mth.	6-22 mth.	1-1.5 yr.				
Male	24.84	59.87	15.29		100		
Female	24.44	62.22	13.33		100		
Total	24.66	60.96	14.38		100		
Family's	Monthly income (Won, 10,000 units)						Total
	Less 20	21-30	31-40	41-50	51-60	Over 60	
	6.85	29.11	27.44	17.12	7.53	11.64	100
Mothers	Education level				Total		
	Primary sch. or less	Middle sch.	High sch.	University or more			
	11.64	24.66	48.97	14.73		100	
Mothers	Occupation		Inoccupation		Total		
	31.16		68.84				
						100	
Mothers	Sources of nutritional information					Total	
	Television Radio	Magazines Newspaper	Cook books	Friend Personal contact	Physician Drugist Nurse		
	48.86	22.60	8.56	21.96	2.65	100	

Table 2-1. Average height, weight and Kaup index.

Subject	Height	Weight	Kaup index
Child			
male	113.35 ± 8.21	20.28 ± 2.98	15.96 ± 2.73
female	112.81 ± 7.59	18.77 ± 2.74	14.94 ± 2.55
Mother	158.19 ± 4.48	53.35 ± 5.40	—
Father	169.83 ± 4.71	67.17 ± 7.78	—

Table 2-2. Distribution of children's Kaup index.

Subject						no. (%)
	Under 13	13-15	15-19	19-22	Over 22	Total
Male	8 (7.48)	31(28.97)	56(52.34)	7(6.54)	5(4.67)	107(100)
Female	15(19.48)	26(33.77)	32(41.56)	3(3.90)	1(1.30)	77(100)
Total	23(13.50)	57(30.98)	88(47.83)	10(5.43)	6(3.26)	184(100)

Table 2-3. Distribution of parents' body weight as compared with the ideal weight.

Subject						no. (%)
	Very under weight	Under weight	Desirable weight	Over weight	Obesity	Total
Mother	3(1.63)	22(11.96)	110(59.78)	27(14.67)	22(11.96)	184(100)
Father	—	6 (3.26)	108(58.69)	49(26.63)	21(11.41)	184(100)

의 順이다. 이는 근래 우리 나라의 일부 大都市지역에서 體重過多 내지 肥滿한 아동이 增加하고 있다는 報告와는 相反되는 것으로, 地域差에 따라 營養問題가 서로 다를 수 있음을 示唆해 주고 있다. 즉 이와 같이 兒童들, 특히 女兒인 경우의 體重未洽한 현상은 營養攝取의 不足을 의미하는 것으로 볼 수 있으며, 이는 단지 經濟的인 隔差에서 뿐만 아니라, 부모의 子女營養에 대한 關心의 缺如에도 그 원인이 있는 것으로 推察되는데, 就學後의 정상적인 學校生活을 위하여서도 營養管理에 보다더 큰 配應을 기울여야 할 것이다.

李 등(1976)은 肥滿兒群과 體重不足兒群의 營養經歷 비교를 통하여 어린이의 體位는 父母의 체위, 遺傳의 性質에 따라 크게 좌우된다고 하였으며, TSNS(The Ten State Nutrition Survey, 1968-70, Eckstein 1980)

에서도 어린이와 그 父母의 肥滿度(degree of fatness) 사이에는 상당한 關聯이 있다는 사실이 발견되었다.

本 調査에서의 父母의 肥滿도를 보면, 正常體重의 아버지는 58.69%, 어머니는 59.78%였고, 肥滿에 속하는 부모는 각각 11.41%, 11.96%였으며, 體重不足인 경우는 어머니가 11.96%로서 아버지 3.26%에 비하여 월등하게 많은 편이었다.

3. 兒童 및 어머니의 食習慣實態調査

子女들은 아버지보다는 어머니의 食習慣에서 더 많은 영향을 받는다는 金 등(1976)의 報告를 감안, 兒童과 그 어머니의 食習慣을 調査하여 그 둘 사이의 相關關係를 살펴 보았다.

Table 3-1. Status of children's dietary habit evaluation.

Subject	no. (%)					
	Excellent	Very good	Good	Fair	Poor	Total
Male	7(4.46)	9(5.73)	43(27.39)	65(41.40)	33(21.02)	157(100)
Female	4(2.96)	13(9.63)	37(27.41)	50(37.04)	31(22.96)	135(100)
Total	11(3.77)	22(7.53)	80(27.40)	115(39.38)	64(21.92)	292(100)

Table 3-2. Mean Scores of children's dietary habit on each meal.

Subject	Breakfast	Lunch	Supper
Male	16.90 ± 7.07	15.55 ± 7.02	19.05 ± 8.14
Female	16.99 ± 8.44	15.59 ± 8.24	20.02 ± 8.65
Total	16.95 ± 7.72	15.57 ± 7.59	19.49 ± 8.38

Table 3-3. Status of mothers' dietary habit evaluation.

Excellent	no. (%)			
	Good	Fair	Poor	Total
5(1.71)	76(26.03)	157(53.77)	54(18.49)	292(100)

Table 3-4. Mothers' habitual intake in a week.

Items	no. (%)		
	0 to 2 days in a week	3 to 5 days in a week	6 to 7 days in a week
Taking breakfast	17 (5.82)	59(20.21)	216(73.97)
3 servings of green-yellow vegetables	92(31.51)	147(50.34)	53(18.15)
3 servings of other vegetables	71(24.32)	146(50.00)	75(25.69)
1 servings of fruits	56(19.14)	104(35.62)	132(45.21)
1 servings of milk	117(38.01)	103(35.27)	72(24.66)
1 servings of egg	111(38.01)	129(44.18)	52(17.81)
2 servings of meat or fish	57(19.52)	160(54.79)	75(25.69)
Prepared with some oil	76(26.03)	139(47.61)	77(26.37)
1 servings of seaweeds	141(48.29)	122(41.78)	29 (9.9)
1 servings of potatoes	213(72.95)	61(20.89)	18 (6.16)

어린이의 食習慣은 표3-1에서 보는 바와 같다. 식습관이 理想的인 兒童은 단지 3.77%이고, 良好하다고 할 수 있는 아동도 전체의 7.53%일 뿐으로, 나머지는 食習慣에 대하여 좀 더 配慮를 할 필요가 있는 경우 27.40%, 不良이 39.38%이며, 매우 불량에 해당하는 兒童도 무려 21.92%로 나타나고 있음을 주목할 만하다. 표3-2의 食習慣 評定을 보면, 끼니당 50점 滿點에 저녁이 平均 19.49점, 조반이 16.95점, 점심이 15.57점으로 매우 낮은 評點分布를 보이고 있으며, 1일 食習慣 平均評點에 있어서는 46.14점으로서 不良水準인 49점이하의 점수가 나왔는데, 男兒群보다는 女兒쪽이 세끼니 모두에서 약간씩 評點이 높고 食習慣이 不良 내지 매우 불량에 해당하는 아동인 경우도 男兒群이 62.42%로서 女兒의 60.00%보다 조금 많은 것으로 나타나고 있다.

Eppright 등(1969)에 의하면, 81%의 主婦들이 어린이의 嗜好보다는 남편의 기호쪽에 留意하여 食單을 계획한다고 하며, Bryan 등(1968)도 89%의 가정이 家族의 食事を 家長인 남편의 嗜好에 맞추어 준비한다고 하였다. 또한 Beal(1957)은 就學前兒童들이란 食品의 攝取가 번덕스럽고 食慾도 減少되기 쉽기 때문에, 이 年齡層의 어린이들에게는 자칫하면 營養素攝取가 부족될 염려가 있고, 가정에서 無意味한 間食(snack food)을 준다든지 缺食을 放縱하는 경우에 많은 兒童들이 營養的으로 損傷받기 쉽다고 지적하고 있다.

게다가, Potgieter 등(1950)은 食習慣이 좋지 않은 兒童들의 가장 큰 問題點의 하나로 이들이 社會的으로 잘 適應하지 못하는 점을 들고 있으며, Hall(1946)은 食習慣 不良群의 人性(personality)이 食습관을 變化시키므로써 상당히 改善될 수 있었다고 報告하고 있다.

따라서 당장의 健康이나 앞으로의 충실한 身體發育을 위해서 뿐만 아니라 圓滿하고 건전한 性格의 形成을 위하여서도, 이 나이의 兒童들에게는 올바른 食習慣을 익히고, 그리하여 營養素를 均衡있게 攝取할 수 있도록 하는 各별한 配慮가 필요하다.

어머니들이 지니고 있는 食習慣인 경우도 역시 調査한 結果에 의하면 平均 食習慣評點이 10점 滿點에 4.74점으로 그리 바람직하지 못한 실정에 있다. 표3-3에서 보는 바와 같이, 식습관이 優秀 및 良好하다고 할 수 있는 어머니는 26.03%뿐이며, 오히려 不良에 해당하는 경우가 18.49%, 나머지 過半數는 보통에 속하고 있다. 이는 같은 濟州地域의 대학생들에 대한 食習慣 調査(洪 1983)에서 47.1%로 나타난 不良群과 비교하면, 이들 主婦들이 대학생들보다는 훨씬 나은 食習慣을 지녔다고 할 수 있으나, 그 內容으로 보서는 바람직한 水準이라고 할 수 없다. 표3-4를 보면, 이 表에 제시된 項目들은 모두 1일 1회이상 攝取하는 게 바람직한 것인데도, 계란(38.01%), 우유(38.01%), 海藻類(48.29%), 감자류(72.95%), 그리고 綠黃色채소(31.51%) 등이 1주일에 2일이하로 攝取되고 있는 실정이다. 비교적 充實하게 섭취하고 있는 것으로 대표적인 것은 과일로서 어머니들의 45.21%가 1주일에 6일이상 攝取하고 있다. 이러한 어머니의 食習慣은 子女兒童의 食습관 形成에 莫大한 影響을 준다는 점 외에도, 家族全員의 健康을 좌우할 수 있다는 사실을 감안하면, 조속히 改善되어야만 할 것이다.

4. 어머니의 營養知識 調査

被調査兒童의 어머니들이 지니고 있는 營養知識 水準은 표4-1에서 보는 바와 같이 나타났다. 어머니의

Table 4-1. Status mothers' comprehensive nutrition knowledge level.

			no. (%)
High	Average	Low	Total
146(50.00)	130(44.52)	16(5.48)	292(100)

Table 4-2. Mother's responses to nutrition knowledge.

Contents of question	Response		%
	Correct	Incorrect	
Basic five food	65.68	34.14	
Vitamin/mineral supplements	84.58	15.41	
Optimum nutrition	51.37	48.63	
Pregnant women and Calcium intake	90.41	9.59	
Over weight	95.89	4.11	
Vitamin D deficiency	55.14	44.86	
Variety food intake and specific food intake	83.22	16.78	
Women(Female) and iron intake	49.66	50.34	
Instant food	79.45	20.55	
Biological value of protein	93.49	6.51	
Function of Calcium and Vitamin D	92.44	7.56	
Function of Carotene	69.59	30.48	
Protein rich sources	72.26	27.74	
Iron rich sources	26.37	73.63	
Vitamin B complex rich sources	40.41	59.59	
Iodine rich sources	45.21	54.79	
Calcium rich sources	76.37	23.63	
Vitamin C rich sources	44.86	55.14	
Vitamin A rich sources	32.19	67.81	

營養知識 平均評點은 19 點 滿點에서 12.48 點이며, 높은 영양지식 수준을 지녔다고 볼 수 있는 경우는 50.00%이고, 5.48%는 低水準의 영양지식을 지니고 있는 것으로 나타났는데, 이는 같은 濟州地域 女大生의 경우에 그 80.8%가 營養知識이 高水準으로 나타났던 調查結果(洪 1983)와는 상당한 隔差가 있는 것으로, 教育의 程度와 營養知識의 水準은 역시 無關하지 않다고 볼 수 있으며, 이 점은 어머니의 教育정도와 營養知識수준이 有意의인 관계가 있는 것으로 나타난 ($P < .05$) 本 調查에서도 再確認되었다.

또한 위의 표 5에서 보듯이, 어머니의 營養知識은 자녀들의 食習慣에 有意의으로 영향을 미치고 있음 ($P < .05$)을 감안할 때에, 主婦들을 대상으로 한 營養教育프로그램의 早速한 계획과 履行이 요청된다고 할 수 있는데, 이들 어머니들이 지니고 있는 營養知識의 內

容은 표 4-2에서 보는 바와 같다. 表 중에서 철분, 비타민 A, 비타민 C, 비타민 B群, 沃素 등 각가지 營養素가 어떤 食品속에 풍부하게 있는지에 대하여, 그리고 女性들인 경우에 그들의 生理的 特性때문에 남성에 비하여 鐵分要求量이 크다는 점에 대하여 被調査者의 50%이상이 모르고 있음은 특히 주목되는 점이다. 아울러 Eppright 등(1970)이 어머니의 營養知識이 높을 수록 그의 就學前子女의 칼슘, 철분, riboflavin ascorbic acid의 섭취가 增加하였다면서, 어머니들의 營養知識은 그들의 食事計劃 내지 調理態度와 正的인(Positive) 관계를 有意的으로 갖는다고 지적하고 있음에 留意할 필요가 있다.

5. 食習慣과 여러 要因과의 相關關係

兒童의 食習慣에 영향을 줄 수 있는 것으로 생각되는

Table 5-1. Correlation between children's dietary habit and their mother's dietary habit.

Mothers habit dietary	Childrens dietary habit			
	Very good	Good	Fair	Poor
Good	aO = 16	O = 27	O = 30	O = 8
	bE = 9.2	E = 22.2	E = 31.9	E = 17.8
Fair	O = 13	O = 40	O = 63	O = 41
	E = 17.7	E = 43.0	E = 61.8	E = 34.4
Poor	O = 4	O = 13	O = 22	O = 15
	E = 6.1	E = 14.8	E = 21.3	E = 11.8

aO = is observed frequencies.
 bE = is expected frequencies.
 $\chi^2 = 16.209 > 12.59$, df = 6 p < .05

Table 5-2. Correlation between children's dietary habit and their mother's nutrition knowledge level.

Nutrition knowledge level	Dietary habit			
	Very good	Good	Fair	Poor
High level	O = 22	O = 46	O = 49	O = 29
	E = 16.5	E = 40.0	E = 57.5	E = 32.0
Average level	O = 11	O = 34	O = 66	O = 35
	E = 16.5	E = 40.0	E = 57.5	E = 32.0

$\chi^2 = 8.542 > 7.81$ df = 3 p < .05

Table 5-3. Correlation between children's dietary habit and their mother's occupation.

Occupation	Dietary habit			
	Very good	Good	Fair	Poor
Occupation	O = 15	O = 26	O = 31	O = 19
	E = 10.3	E = 24.9	E = 35.8	E = 19.9
Inoccupation	O = 18	O = 54	O = 84	O = 45
	E = 22.7	E = 55.1	E = 79.2	E = 44.1

$\chi^2 = 4.222 < 7.81$ df = 3 p > .05

Table 5-4. Correlation between children's dietary habit and their birth order.

Birth order \ Dietary habit	Very good	Good	Fair	Poor
1st	O = 13 E = 14.7	O = 34 E = 35.6	O = 52 E = 51.2	O = 31 E = 28.5
2nd	O = 8 E = 9.9	O = 24 E = 24.1	O = 36 E = 34.7	O = 20 E = 19.3
3rd	O = 9 E = 5.4	O = 12 E = 13.2	O = 19 E = 18.9	O = 8 E = 10.5
4th	O = 3 E = 2.9	O = 10 E = 7.1	O = 8 E = 10.2	O = 5 E = 5.7

$$\chi^2 = 5.761 < 16.92 \quad df = 9 \quad p > .05$$

Table 5-5. Correlation between children's dietary habit and the number of their siblings.

Siblings \ Dietary habit	Very good	Good	Fair	Poor
1	O = 1 E = 2.0	O = 7 E = 4.9	O = 7 E = 7.1	O = 3 E = 3.9
2	O = 13 E = 12.0	O = 24 E = 29.0	O = 43 E = 41.7	O = 26 E = 23.2
3	O = 12 E = 13.4	O = 31 E = 32.6	O = 48 E = 46.9	O = 28 E = 26.1
4 and over	O = 7 E = 5.5	O = 18 E = 13.4	O = 17 E = 19.3	O = 7 E = 10.7

$$\chi^2 = 6.875 < 16.92 \quad df = 9 \quad p > .05$$

Table 5-6. Correlation between children's dietary habit and their family's economic status.

Economic status \ Dietary habit	Very good	Good	Fair	Poor
Less ₩ 300,000	O = 8 E = 11.9	O = 26 E = 28.8	O = 43 E = 41.4	O = 28 E = 23.0
₩ 310,000 - 500,000	O = 13 E = 14.8	O = 36 E = 35.9	O = 52 E = 51.6	O = 30 E = 28.7
Over ₩ 510,000	O = 12 E = 6.3	O = 18 E = 15.3	O = 20 E = 22.1	O = 6 E = 12.3

$$\chi^2 = 11.894 < 12.59 \quad df = 6 \quad p > .05$$

몇몇 要因들에 대하여 살펴 본 결과 다음과 같은 結果를 얻었다.(표 5 - 1 ~ 6 참조).

가. 어머니의 食習慣: 어머니의 食習慣이 좋으면 子女兒童의 食習慣도 좋은 것으로 나타났다($P < .05$).

나. 어머니의 營養知識水準: 어머니의 營養知識水準이 높을 수록 子女兒童의 食習慣이 더 좋은 것으로 나타났다($P < .05$).

다. 어머니의 職業有無: 어머니에게 職業이 있고 없는 것은 子女兒童의 食習慣에 큰 영향을 주지 않은 것으로 나타났다.

라. 兒童의 出生順位: 아동들의 出生順位는 그들의 食習慣에 별다른 영향을 주고 있지 않은 것으로 나타났다.

마. 兒童의 兄弟姊妹數: 兄弟姊妹의 多寡는 아동들의 食習慣에 큰 영향을 주지 않은 것으로 나타났다.

바. 家庭의 經濟事情: 가정의 月收入과 그 가정의 成員 兒童의 食習慣과는 긴밀한 關係가 없는 것으로 나타났다.

이상과 같이 兒童의 食習慣에 크게 영향을 주는 것은 어머니들 자신의 食習慣과 그들의 營養知識水準이라고 할 수 있다. 따라서 어머니들은 그들 자신이 올바른 食習慣을 지니는 일이 子女들의 食習慣을 바람직하게 形成시키는 捷徑이며, 또한 營養과 食品 및 均衡된 食單에 대하여 바르고 풍부하게 아는 것이 어머니들 자신은 물론 子女兒童들의 食習慣을 바르게 이끄는 端緒임을 깊이 認識할 필요가 있다.

물론 이런 점들 외에도, 兒童의 食習慣을 改善하기 위하여서는 參酌하여야 할 점들이 적지 않다. Epp-right(1972)는 어린이의 食習慣은 父母에게서보다는 형이나 언니(Older sibling)들에게서 더 많이 영향받는다는 報告와 더불어 食事時 부모의 태도는 子女兒童의 營養素攝取에 영향을 미친다고 지적하고 있고, Sims 등(1974)은 어머니의 態度가 權威主義的인 경우에는 兒童의 칼로리, 탄수화물, 철분, 지아민 등의 營養素攝取는 높아지는 반면에, 非權威主義的이면 칼슘과 비타민 C의 섭취가 增大된다고 하였으며, Sandstead 등

(1971)은 經濟水準이 낮은 가정의 就學前兒童들은 철분缺乏에 의한 貧血, 비타민 A의 섭취不足, 그리고 成長遲延 등의 문제가 크다고 하여, 가정의 經濟水準이 취학前兒童의 營養素攝取에 영향이 있음을 강조하고 있다.

摘 要

가. 被調査兒童들은 71.28%가 6세, 어머니들은 58.21%가 31세에서 40세 사이였다. 兒童의 出生順位는 44.52%가 첫째, 55.82%가 母乳로 양육되었으며, 60.96%가 6개월에서 1년 사이에 離乳를 하였다. 그들 家庭의 月收入은 21만원에서 30만원 사이가 29.11%로서 가장 많았다. 어머니의 48.97%가 高卒의 學歷을 가졌고, 31.16%가 職業을 갖고 있으며, 48.86%가 주로 TV나 라디오를 통하여 營養에 대한 情報를 얻고 있었다.

나. 體位가 正常의 범위에 해당하는 兒童은 男兒가 52.34%, 女兒 41.56%였으며, 아버지의 경우는 58.69%, 어머니 59.78%가 正常體重이었다.

다. 食習慣은 兒童과 어머니 양쪽 모두 대체로 좋지 않은 편으로, 食習慣이 훌륭하다고 할 수 있는 兒童은 단지 11.30%뿐이며, 매우 不良에 해당하는 아동도 무려 21.92%나 되었다. 어머니의 食習慣도 良好는 26.03% 뿐이고 不良이 18.49%, 나머지는 보통이었다.

라. 어머니의 營養에 대한 知識은 19점 滿點에 平均 12.48점, 高水準의 營養知識을 가진 경우는 50.00%였다.

마. 兒童의 食習慣과 有意的인 相關關係를 갖는 要因은 어머니의 食習慣 및 營養知識인 것으로 나타났다. 어머니의 食習慣이 좋을 수록 子女兒童의 食習慣도 좋았으며($P < .05$), 어머니의 營養知識이 높을 수록 兒童의 食習慣이 有意的으로 좋았다($P < .05$).

引 用 文 獻

- 1) Sandstead, H., and W. Pearson (1973). Clinical Evaluation of Nutrition Status, in Goodhart and Shills (ed.). Modern Nutrition in Health and Disease 5th ed. Lea and Febiger, 572.
- 2) Lee, D. (1957). Cultural factors in dietary choice, Am. J. Clin. Nutr. 5: 166-170.
- 3) Nichott, A. (1969). Changing food habits, J. Nutr. Ed. 1: 10-11.
- 4) Sexton, D.E. (1974). Differences in food shopping habits by areas of residence, race and income, J. retailing 50: 37-40.
- 5) McKenzie, J. (1974). The impact of economic and social status on food choice, proc. Nutr. Soc. 33:67.
- 6) Inano, M.D.J. (1975). Dietary survey of low income rural families, J. Am. Diet. Assoc. 66: 356-361.
- 7) Cosper, B.A., and L.M. Wakefield (1975). Food choices among woman, J. Am. Diet. Assoc. 66: 152-155.
- 8) Schafer, R.B. (1978). Family interrelationships in food intake patterns, J. Am. Diet. Assoc. 72: 138-141.
- 9) Moor, H.B. (1957). The meaning of food, Am. J. Clin. Nutr. 5: 77-80.
- 10) Holden, P.M. (1971). How advertising affects food habits, Fd and Nutr. notes Rev. 28: 102-105.
- 11) Young, C.M., F.K. Berres, and B.C. Waldner (1956). What the homemaker knows about nutrition, J. Am. Diet. Assoc. 32: 321-325.
- 12) Anderson, J.V., and B. Cines (1979). Teaching behavior modifications to nutrition students, J. Nutr. Ed. 11: 39.
- 13) Wilson, M.M., and M.W. Lamb (1968). Food beliefs as related to ecological factors in women, J. Home Ec. 60:115-118.
- 14) Eppright, E.S., H.M. Fox, B.A. Fryer, G.H. Lamkin, and V.M. Vivian (1970). Nutrition knowledge and attitudes of mothers, J. Home Ec. 62(5): 327-332.
- 15) 金基男 (1982). 食習慣과 性格의 特性에 관한 調査研究: 美國의 일부 大學生을 중심으로, 韓國營養學會誌 15(3):194-201.
- 16) Mead, M.(1943). Dietary patterns and food habits, J.Am.Diet. Assoc. 43:1-5.
- 17) 牟壽美 (1969). 韓國女性的 食習慣과 營養問題에 관한 研究, 亞細亞女性研究. 8:159-177.
- 18) 송양순 (1964). 한국학동의 편식 실태조사와 그 체위에 관한 연구. 숙명여자대학교 대학원.
- 19) 李美淑·牟壽美 (1976). 어린이의 食習慣이 体位에 미치는 影響에 관한 研究, 韓國營養學會誌 9(1):7-15.
- 20) 김교천 (1977). 고교생의 편식 요인과 신체 발달 및 성격 특성에 관한 연구. 동아대학교 대학원.
- 21) Eckstein, E. F.(1980). Food, People and Nutrition. AVI Publishing Co. 491-493.
- 22) 李容儻·張壽慶·金貞均·朴明潤 (1980). 營養教育, 弘恩出版社, 149-155.
- 23) 이기열·이양자·김숙영·박계숙 (1980). 대학생의 영양실태조사, 韓國營養學會誌, 13(2):73-81.
- 24) Eppright, E.S., et al. (1972). Nutrifion of infants and preschool children in the North Central Region of the United States of America, World Rev. Nutr. Diet. 14:269.
- 25) 洪陽子 (1983). 濟州地域 大學生의 營養實態 調査研究, 濟州大學校 論文集 16:197-207.
- 26) 金基男·牟壽美 (1976). 子女의 食習慣 育成에 미치는 父母의 影響에 關한 調査研究, 韓國營養學會誌 9(1): 25-42.
- 27) Eppright, E.S., et al. (1969). Eating behavior of preschool children, J. Nutr. Ed. 1:16.
- 28) Bryan, M.S., and M.E. Lowenberg (1958). The father's influence on young children's food preferences, J. Am. Diet. Assoc. 34: 30.
- 29) Beal, V.A. (1957). On the acceptance of solid foods and other food patterns of infants and children, Pediatrics 20:448.
- 30) Patgieter, M., and V. Everitt (1950). A study of children's eating habits, J. Home Ec. 42:363-366.
- 31) Hall, D. (1946). The dietetic interview as a tool in changing food habits, J. Am. Diet. Assoc. 22: 999-1002.
- 32) Sims, L.S., and P.M. Morris (1974). Nutritional status of preschoolers. J. Am. Diet. Assoc. 64: 492.
- 33) Sandstead, H. H., et al. (1971). Nutritional deficiencies in disadvantaged preschool children, their relationship to mental development, Am. J. Dis.Child. 121:455.