한국 결혼이주여성의 거주기간에 따른 식태도 및 식생활 관리에 관한 연구

차선미 · 부소영¹ · 김은진^{2†} · 김명희² · 최미경²

공주대학교 교육대학원 영양교육전공 · ¹경일대학교 식품과학부 · ²공주대학교 식품과학부

Study of Dietary Attitudes and Diet Management of Married Immigrant Women in Korea according to Residence Period

Seon - Mi Cha · So - Young Bu¹ · Eun - Jin Kim^{2†} · Myung - Hee Kim² · Mi - Kyeong Choi²

Major in Nutrition Education, Graduate School of Education, Kongju National University, Yesan 340-702, Korea

¹Division of Food Science, Kyungil University, Gyeongsan 712-701, Korea

²Division of Food Science, Kongju National University, Yesan 340-702, Korea

ABSTRACT

The purpose of this study was to examine the dietary attitudes and meal management of married immigrant women according to residence period in Korea. The study was conducted by administering a questionnaire survey to 220 married immigrant women in Korea. More than one third of the immigrant women who stayed in Korea less than 3 years tended to eat a limited variety of foods. Irregularity of meal time decreased as residence time period increased ($P < 0.05$). As immigrant women stayed longer in Korea, they became more responsible for the diet of their family ($P < 0.001$) and had more time to share breakfast and dinner with all family members ($P < 0.05$). Nearly half of immigrant women in all residence periods indicated their husband's family as the most influential factor in acquiring Korean foods ($P < 0.05$). Immigrant women became more familiar with Korean cooking and recognition of nutritious foods ($P < 0.001$) the longer they lived in Korea and more enjoyable meal times with family ($P < 0.05$). In summary, as the period of residence in Korea increased, the dietary attitudes of immigrant women became more positive towards Korean food and diet culture. Further, immigrant women became more responsible for guiding children's dietary habits and offering healthy foods to their family as residence period increased. Therefore, the government and social programs should conduct constant and organized lessons on Korean culture and cooking according to residence period for immigrant women to build up stable and positive dietary attitudes.

Key words : married immigrant women, dietary attitude, meal management, Korean foods

서론

접수일 : 2012년 6월 5일, 수정일 : (1차) 2012년 8월 9일,
(2차) 2012년 9월 11일, 채택일 : 2012년 9월 17일

[†] Corresponding author : Eun-Jin Kim, Division of Food
Science, Kongju National University, 54 Daehak-ro, Yesan,
Chungnam 340-702, Korea

Tel : 82-41-330-1460, Fax : 82-41-330-1469

E-mail : jinkim0526@kongju.ac.kr

우리나라는 1990년대 중반부터 결혼을 목적으로
다양한 국가에서 한국으로 이주하는 여성들이 증가
하고 있으며, 이에 따라 한국사회는 다문화사회로
이행되고 있다(박 & 최 2008). 이런 사회변화에 따

라 2008년 보건복지가족부에서는 ‘다문화가족지원법’을 제정·시행하여 다문화가족의 안정적인 사회 정착에 힘쓰고 있다.

다문화가족지원법 제4조에 의거 2010년 2월 한국 보건사회연구원에서 공개한 ‘2009 전국 다문화가족 실태조사 연구’에 따르면 한국생활에서 가장 힘든 점은 무엇인가라는 질문에 언어문제(22.5%)와 경제적 어려움(22.1%)이라는 응답이 가장 높게 나타났고, 응답자 117,370명 중 2.4%에 해당하는 결혼이주여성이 ‘음식·기후’라고 응답하여 가장 낮은 응답률을 보였다. ‘음식·기후’라고 응답한 비율을 한국거주기간별로 보면 1년 미만에서는 4.3%, 1~2년은 3.5%, 2~5년은 2.6%, 5~10년은 1.6%, 10년 이상은 0.9%라는 응답률을 보여 한국거주기간이 길어짐에 따라 응답률이 감소하는 것을 알 수 있다(김 등 2010). 한국음식 및 식습관은 이주여성 모두 한국 생활 초기에 가장 먼저 접하는 문화적 차이이며 이들은 주로 모국과는 다른 음식 맛, 요리법, 식재료, 식습관 등에서 어려움을 겪지만, 한편으로 음식문화는 다른 문화적 요소와 비교하였을 때 한국 체류기간 증가에 따른 적응도가 높은 편이다(Kang 2007). 그러나 Lee(2009)는 결혼이주여성의 이주기간이 길어지면서 가족에 대한 책임이 커짐에 따라 스트레스가 높아지는 경향을 보이고, 한국으로 이주한 후 겪는 스트레스는 이주여성들의 전반적인 영양소 섭취상태, 식습관 및 건강상태에 부정적 영향을 미친다고 하였다.

한 가족의 식생활을 책임지는 어머니의 식생활 문제는 개인의 차원에서 머물지 않는다. 어머니는 가족 구성원의 식습관 형성 모델이 될 수 있으며, 한 가정의 식생활을 책임지는 관리자로서 그 영향력이 크다고 할 수 있다(Lee 2008). 어머니의 식생활 태도 및 식생활 교육, 식생활 습관은 아동의 식생활 태도, 운동 습관, 식생활 습관에 일정 부분 영향을 미치므로, 자녀의 건강과 올바른 성장을 위해 어머니의 올바른 식생활이 선행되어야 하며 자녀에 대한 식생활 태도와 운동 습관, 식생활 습관에 대한 어머니의 지도가 지속적으로 요구된다(Park & Lee

2010). 어머니가 주로 식생활 관리를 하는 한국의 식문화 특성상 결혼이주여성의 긍정적인 식생활 정착은 가족 구성원의 식생활에도 매우 중요하다. 이주여성들이 한국 사회의 적응 중 겪게 되는 여러 문제들은 이주여성 개인뿐만 아니라 가족 및 그 후대에 걸쳐 전 사회적으로 파급력이 크다고 할 수 있다(Seong 2009). 따라서 결혼이주여성과 그 가족, 나아가 사회의 올바른 식문화 정착을 위해서 결혼이주여성의 한국 식문화에 대한 이해와 식생활 관리 능력을 평가하고 이를 향상시킬 수 있는 방안을 마련하는 연구가 뒷받침되어야 한다.

이에 본 연구에서는 결혼이주여성을 대상으로 식태도 및 가족의 식생활 관리, 한식에 대한 견해 등의 변화양상을 한국거주기간별로 조사하여 결혼이주여성의 식생활 관리 프로그램에 필요한 기초 자료를 제시하고자 하였다.

연구방법

1. 조사대상 및 기간

본 연구는 서울특별시 금천구에 위치한 다문화가족 지원센터의 도움을 받아 결혼이주여성을 대상으로 실시되었다. 조사기간은 2010년 8월 28일부터 10월 3일까지 37일 동안 설문조사를 통하여 실시하였다. 설문지는 결혼이주여성 5명을 우선 선발하여 교육한 후 이들의 지도하에 연구대상자들이 직접 기입하도록 하였다. 총 300부의 설문지를 배부하여 236부가 회수되었고, 응답이 미비한 16부를 제외한 220부를 본 연구의 분석 자료로 사용하였다.

2. 조사내용 및 방법

본 연구에 사용된 설문지는 선행연구(Sim 등 2000; Kwak 2009; Park 등 2010)에 사용된 자료를 참고로 본 연구 목적에 맞게 재구성한 후 6명의 결

혼이주여성을 대상으로 예비 조사를 실시한 후 수정, 보완하여 완성하였다. 설문지는 크게 1) 일반사항 및 건강상태, 2) 식태도, 3) 식생활 관리, 4) 한국음식에 대한 인식 및 태도로 구성하였다. 1) 일반사항은 신체적 일반사항과 사회적 일반사항으로 나누어 각각 나이, 신장, 체중, 성별과 월수입, 한국 거주 전 국적, 한국거주기간, 최종학력, 한국어실력을 조사하였다. 2) 결혼이주여성의 개인 식태도를 알아보기 위해 Park(2003)의 선행연구를 참조하여 편식여부, 식사시간의 규칙성, 건강보조식품 섭취 여부, 식

사랑, 식사 중 집중도, 저녁식사 후 간식 섭취여부, 음식을 짜게 먹는지의 여부를 조사하였다. 3) 식생활 관리는 가족 구성원 중 주로 식생활을 관리하는 사람이 누구인지와 가족이 함께 먹는 식사, 가족의 주식, 가족이 선호하는 반찬을 조사하고 음식에서 중요하게 생각하는 것, 자녀의 식습관 형성에 영향을 주는 요인을 조사하였다. 4) 한국음식에 대한 인식은 한국음식의 우수성에 대한 의견과 그 이유를 조사하였으며 한국음식의 습득방법으로 기관을 통한 교육 여부와 가장 많은 영향을 준 것을 조사하

Table 1. General social characteristics of the subjects.

Variables	Criteria	N (%)
Monthly income	Less than 1 million KRW	23 (10.4)
	1 million~2 million KRW	71 (32.2)
	2 million~2.5 million KRW	52 (23.6)
	2.5 million~3 million KRW	51 (23.1)
	More than 3 million KRW	23 (10.4)
	Total	220 (100.0)
Nationality before residing in Korea	Vietnamese	24 (11.1)
	Philipino	21 (9.7)
	Japanese	33 (15.2)
	Chinese (Chosun race)	99 (45.8)
	Chinese (Han race)	33 (15.2)
	Others	6 (2.7)
	Total	216 (100.0)
Period of residence in Korea	Less than 3 years	60 (27.6)
	3~7 years	76 (35.0)
	More than 7 years	81 (37.3)
	Total	217 (100.0)
Highest level of education	Elementary school	10 (4.5)
	Middle school	58 (26.3)
	High school	93 (42.2)
	College or higher education	59 (26.8)
	Total	220 (100.0)
Korean language ability	No ability	1 (0.4)
	Can listen and understand Korean	30 (13.7)
	Can listen and speak Korean	16 (7.3)
	Can listen, speak, and read Korean	62 (28.4)
	Can listen, speak, read, and write Korean	109 (50.0)
	Total	218 (100.0)

였다. 한국음식 및 고향음식에 대한 가족과 결혼이주여성의 태도를 알아보기 위해 5개의 질문을 제시하고 ‘매우 그렇다’ 5점, ‘대체로 그렇다’ 4점, ‘어느 정도 그렇다’ 3점, ‘대체로 그렇지 않다’ 2점, ‘전혀 그렇지 않다’ 1점의 리커트 척도로 조사하였으며, 점수가 높을수록 긍정적인 태도를 나타내는 것으로 평가하였다. 5가지 항목에 대한 신뢰도 분석은 Cronbach's α 계수를 이용한 실시하였으며, 그 결과 전체의 신뢰도는 0.76, 각 항목은 0.65~0.76으로 신뢰할 만한 수준을 보였다.

3. 통계분석

본 연구에서 수집한 자료는 SPSS/Win Program (ver. 17.0)을 이용하여 분석하였다. 신체적 일반사항과 한국음식에 대한 식태도 점수는 평균과 표준편차를 산출하였다. 유의성 검증을 위해 ANOVA 분석을 실시하였고 유의성이 나타난 것은 Scheffe test를 이용하여 사후검정을 실시하였다. 식생활 관리, 음식 선택 및 자녀 식습관 형성에 영향을 주는 요인, 한국음식에 대한 인식 등은 한국거주기간에 따라 빈도수와 백분율을 산출하였고 유의성 검증을 위해 χ^2 -test를 실시하였다. 모든 유의성 검증은 $P<0.05$ 수준에서 실시하였다.

결 과

1. 일반사항

조사대상자의 사회적 일반사항에 대한 결과는 Table 1과 같다. 가정의 월수입은 100~200만원이 32.2%로 가장 많았으며, 한국 거주 전 국적은 중국(조선족)이 45.8%로 가장 많았다. 한국거주기간은 7년 이상이 37.3%로 가장 많았으며, 3년 이상 7년 미만인 35.0%, 3년 미만이 27.6% 순으로 나타났다. 최종 학력은 고등학교 졸업이 42.2%로 가장 많았으며, 한국어 실력에 대해 주관적인 평가는 듣고, 말하고, 한글을 읽을 수 있고, 쓸 수 있는 정도의 수준이

Table 2. General physical characteristics of the subjects.

Variables		N	Mean±SD
Age (years)	Me	217	39.1±9.1
	First child	144	9.1±8.8
	Second child	57	5.7±2.7
Height (cm)	Me	216	159.3±4.9
	First child	131	123.3±29.5
	Second child	55	109.5±17.8
Weight (kg)	Me	211	54.9±7.1
	First child	123	29.0±16.2
	Second child	53	20.7±7.4

Table 3. Dietary attitude of the subjects by residence period in Korea.

Variables	Period of residence in Korea				χ^2 -test
	Less than 3 years (N=60)	3~7 years (N=76)	More than 7 years (N=81)	Total (N=217)	
I eat only what I want	23 (38.3) ¹⁾	12 (15.8)	18 (22.2)	53 (24.4)	9.571** ²⁾
I eat meals irregularly	34 (56.7)	41 (53.9)	30 (37.0)	105 (48.4)	6.766*
I regularly intake health food supplements	11 (18.3)	27 (35.5)	19 (23.5)	57 (26.3)	5.645 ^{NS3)}
I always eat a consistent amount of food	15 (25.0)	25 (32.9)	40 (49.4)	80 (36.9)	9.597**
I often doing other activity during meals	9 (15.0)	21 (27.6)	17 (21.0)	47 (21.7)	3.187 ^{NS}
I often eat snacks after dinner	16 (26.7)	24 (31.6)	30 (37.0)	70 (32.3)	1.721 ^{NS}
I tend to eat salty food	23 (38.3)	22 (28.9)	23 (28.4)	68 (31.3)	1.892 ^{NS}

¹⁾ N (%)

²⁾ * $P<0.05$, ** $P<0.01$

³⁾ Not significant

50.0%로 나타났다. 조사대상자의 신체적 일반사항에 대한 결과는 Table 2와 같이 평균 연령은 39.1세, 평균 신장은 159.3 cm, 평균 체중은 54.9 kg이었다.

2. 식태도

조사대상자의 한국거주기간에 따른 식태도에 대한 결과는 Table 3과 같다. 편식의 여부를 묻는 질문에 한국거주기간이 3년 미만인 경우 38.3%가 편

Table 4. Dietary management for family of the subjects by residence period in Korea.

Variables	Criteria	Period of residence in Korea				χ^2 -test
		Less than 3 years (N=60)	3~7 years (N=76)	More than 7 years (N=81)	Total (N=217)	
Primary management of family diet	Me	36 (60.0) ¹⁾	63 (85.1)	79 (97.5)	178 (82.8)	37.336*** ²⁾
	Spouse	10 (16.7)	6 (8.1)	2 (2.5)	18 (8.4)	
	Parents-in-law	11 (18.3)	5 (6.8)	0 (0.0)	16 (7.4)	
	Others	3 (5.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	3 (1.4)	
	Total	60 (100.0)	74 (100.0)	81 (100.0)	215 (100.0)	
Meals shared with family ³⁾	Breakfast	10 (15.9)	19 (23.8)	17 (19.8)	46 (20.1)	13.117*
	Lunch	2 (3.2)	4 (5.0)	2 (2.3)	8 (3.5)	
	Dinner	42 (66.7)	57 (71.3)	61 (70.9)	160 (69.9)	
	None	9 (14.3)	0 (0.0)	6 (7.0)	15 (6.6)	
	Total	63 (100.0)	80 (100.0)	86 (100.0)	229 (100.0)	
Staple food of family	White rice	31 (51.7)	37 (48.7)	26 (32.1)	94 (43.3)	23.117*
	Mixed grain	21 (35.0)	34 (44.7)	45 (55.6)	100 (46.1)	
	Bread & noodle	4 (6.6)	0 (0.0)	1 (1.2)	5 (2.3)	
	Fish & meat	2 (3.3)	4 (5.3)	1 (1.2)	7 (3.2)	
	Fruit & vegetable	2 (3.3)	1 (1.3)	8 (9.9)	11 (5.1)	
	Total	60 (100.0)	76 (100.0)	81 (100.0)	217 (100.0)	
Side dishes preferred by family	Meat	23 (38.3)	30 (43.5)	36 (44.4)	89 (42.4)	7.718 ^{NS3)}
	Fish	15 (25.0)	18 (26.1)	26 (32.1)	59 (28.1)	
	Vegetable	22 (36.7)	21 (30.4)	19 (23.5)	62 (29.5)	
	Total	60 (100.0)	69 (100.0)	81 (100.0)	210 (100.0)	
Most important aspect of food	Amount	4 (6.9) ¹⁾	3 (3.9)	2 (2.5)	9 (4.1)	6.568 ^{NS}
	Taste	26 (43.3)	27 (35.5)	27 (33.3)	80 (36.9)	
	Nutrition	22 (36.7)	38 (50.0)	46 (56.8)	106 (48.8)	
	Preference	8 (13.3)	8 (10.5)	6 (7.4)	22 (10.1)	
	Total	60 (100.0)	76 (100.0)	81 (100.0)	217 (100.0)	
Most influential factor in developing dietary habit of child	Parent	26 (65.0)	44 (75.9)	66 (84.6)	136 (77.3)	23.093**
	Friend	8 (20.0)	10 (17.2)	5 (6.4)	23 (13.1)	
	Nutrition education at school	3 (7.5)	0 (0.0)	5 (6.4)	8 (4.5)	
	Mass media	3 (7.5)	4 (6.9)	2 (2.6)	9 (5.2)	
	Total	40 (100.0)	58 (100.0)	78 (100.0)	176 (100.0)	

¹⁾ N (%)

²⁾ *p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

³⁾ Not significant

식을 한다고 하였고, 3~7년인 경우 15.8%, 7년 이상인 경우 22.2%가 편식을 한다고 하여 한국거주기간에 따라 유의한 차이를 보였다($P<0.01$). 식사 시간이 불규칙하다는 질문에 한국거주기간이 3년 미만인 경우 56.7%, 3~7년인 경우 53.9%, 7년 이상인 경우 37.0%가 식사 시간이 불규칙하다고 응답하였다($P<0.05$). 규칙적인 건강보조식품의 섭취여부를 묻는 질문에 26.3%의 응답자가 규칙적으로 건강보조식품을 섭취한다고 응답하였다. 식사량은 3년 미

만군 25.0%, 3~7년군은 32.9%, 7년 이상군은 49.4%가 식사량이 일정하다고 응답하여 한국거주기간이 길수록 식사량이 일정한 것으로 나타났다($P<0.01$). 식사를 할 때 먹는 것에 집중하지 못하고 다른 행동을 하는지를 묻는 질문에 전체 주여성의 21.7%가 다른 행동을 한다고 응답하였다. 저녁식사 후 간식을 자주 섭취하는가라는 질문에 전체 이주여성의 32.3%가 자주 섭취한다고 응답하였고, 음식을 짜게 먹는가라는 질문에 전체 이주여성의 31.3%가 짜게

Table 5. Opinions of Korean foods of the subjects by residence period in Korea.

Variables	Criteria	Period of residence in Korea				χ^2 -test
		Less than 3 years (N=60)	3~7 years (N=76)	More than 7 years (N=81)	Total (N=217)	
Is Korean food excellent?	Yes	47 (78.3) ¹⁾	64 (84.2)	72 (88.9)	183 (84.3)	2.908 ^{NS2)}
	No	13 (21.7)	12 (15.8)	9 (11.1)	34 (15.7)	
	Total	60 (100.0)	76 (100.0)	81 (100.0)	217 (100.0)	
Reason why Korean food is excellent	Tasty	17 (36.2)	25 (39.1)	30 (41.7)	72 (39.3)	17.192 ^{*3)}
	Nutritious	26 (55.3)	23 (35.9)	36 (50.0)	85 (46.4)	
	Good appearance	4 (8.5)	4 (6.3)	2 (2.8)	10 (5.5)	
	Easy cooking method	0 (0.0)	11 (17.2)	4 (5.6)	15 (8.2)	
	Others	0 (0.0)	1 (1.6)	0 (0.0)	1 (0.5)	
	Total	47 (100.0)	64 (100.0)	72 (100.0)	183 (100.0)	
Reason why Korean food is not excellent	Not tasty	3 (23.1)	6 (50.0)	2 (22.2)	11 (32.4)	10.528 ^{NS}
	Not nutritious	5 (38.5)	1 (8.3)	6 (66.7)	12 (35.3)	
	Poor appearance	3 (23.1)	2 (16.7)	1 (11.1)	6 (17.6)	
	Difficult to cook	2 (15.4)	2 (16.7)	0 (0.0)	4 (11.8)	
	Others	0 (0.0)	1 (8.3)	0 (0.0)	1 (2.9)	
	Total	13 (100.0)	12 (100.0)	9 (100.0)	34 (100.0)	
Experience of institutional education about Korean food	Yes	18 (32.7) ¹⁾	18 (26.9)	21 (25.9)	57 (28.1)	0.823 ^{NS}
	No	37 (67.3)	49 (73.1)	60 (74.1)	146 (71.9)	
	Total	55 (100.0)	67 (100.0)	81 (100.0)	203 (100.0)	
Most influential factor in acquiring Korean food	Husband's family	26 (44.8)	33 (47.8)	35 (43.8)	94 (45.4)	20.708 [*]
	Korean friend, neighbor	9 (15.5)	10 (14.5)	20 (25.0)	39 (18.8)	
	Friend, neighbor from same country	16 (27.6)	11 (15.9)	5 (6.3)	32 (15.5)	
	Educational institution	0 (0.0)	3 (4.3)	8 (10.0)	11 (5.3)	
	Mass media	3 (5.2)	7 (10.1)	8 (10.0)	18 (8.7)	
	Others	4 (6.9)	5 (7.2)	4 (5.0)	13 (6.3)	
	Total	58 (100.0)	69 (100.0)	80 (100.0)	207 (100.0)	

¹⁾ N (%)

²⁾ Not significant

³⁾ * $P<0.05$

먹는다고 응답하였다.

3. 식생활 관리

조사대상자의 한국거주기간에 따른 가정 내 식생활 관리에 대한 결과는 Table 4와 같다. 식생활 관리 주체에 대해 한국거주기간이 3년 미만군은 60%, 3~7년군은 85.1%, 7년 이상군은 97.5%가 본인이 식생활을 관리한다고 응답하였다($P<0.001$). 가족이 함께하는 끼니에 대해 3~7년군의 경우 아침(23.8%)과 저녁(71.3%)에서 가족 모두 모여 식사한다는 응답이 다른 거주기간에 비해 높게 나타났으며, 3년 미만군과 7년 이상군은 가족이 함께하는 식사가 전혀 없는 경우도 각각 14.3%, 7%의 응답을 보였다($P<0.05$). 가족 식사의 주식에 대한 결과는 한국거주기간이 3년 미만인 경우 흰쌀밥(51.7%), 잡곡밥(35.0%), 빵류/면류(6.6%), 어·육류/과일·채소류(각각 3.3%) 순으로 조사되었다. 한국거주기간이 3~7년인 경우에는 흰쌀밥(48.7%), 잡곡밥(44.7%), 어·육류(5.3%), 과일·채소류(1.3%) 순으로 나타났으며 빵류와 면류를 주식으로 한다는 응답은 없었다. 한국거주기간이 7년 이상인 경우에는 잡곡밥(55.6%), 흰쌀밥(32.1%), 과일·채소류(9.9%), 면류/어·육류(각각 1.2%) 순으로 나타났다($P<0.05$). 가족이 좋아하는

반찬에 대해 전체적으로 고기반찬을 좋아한다는 응답이 42.4%로 높게 나타났으며 두 번째로 높은 응답은 채소로 29.5%의 응답을 보였다. 가족의 식생활 관리자로서 음식에서 가장 중요하게 생각하는 것은 한국거주기간별 유의한 차이가 없이 영양(48.8%)과 맛(36.9%)이라는 응답이 많았다. 자녀의 식습관 형성에 영향을 준다고 생각하는 것에 대해 부모라고 답한 비율은 한국거주기간이 길수록 높았고, 친구라고 답한 비율은 낮았다($P<0.01$).

4. 한국음식에 대한 인식 및 태도

조사대상자의 한국음식에 대한 인식 결과는 Table 5와 같다. 한국음식이 우수하다고 생각하는지에 대한 물음에 전체 응답자 중 84.3%가 그렇다고 답하였으며 한국거주기간별 유의한 차이는 없었다. 한국음식이 우수하다고 생각하는 이유에 대해 한국거주기간 3년 미만군은 영양적으로 우수하다는 응답이 55.3%로 가장 높았고, 다음으로 맛이 좋다는 응답이 36.2%이었으며, 3~7년군은 맛이 좋다는 응답이 39.1%로 가장 높게 나타났고, 영양적으로 우수하다는 응답이 35.9%이었다. 7년 이상군은 3년 미만군과 마찬가지로 영양이 우수하다는 응답이 50%로 가장 높았고 다음으로는 맛이 좋다는 응답이 41.7%이었

Table 6. Attitude for Korean food and traditional food of hometown in the subjects by residence period in Korea.

Variables	Period of residence in Korea				F-value
	Less than 3 years (N=60)	3~7 years (N=76)	More than 7 years (N=81)	Total (N=217)	
I am proficient in cooking Korean food	2.7±0.9 ^{1)h2)}	2.9±0.9 ^b	3.5±1.1 ^a	3.0±1.0	11.921*** ³⁾
My family enjoys the Korean food that I cook	2.8±0.9 ^b	3.1±1.0 ^b	3.8±0.9 ^a	3.3±1.0	20.590***
Our family meals are always enjoyable	3.6±1.1 ^b	3.9±1.0 ^{ab}	4.1±0.9 ^a	3.9±1.0	4.686*
I often cook the traditional foods of my hometown	3.3±1.1	3.2±1.1	3.6±1.1	3.4±1.1	1.898 ^{NS4)}
My family enjoys the traditional foods of my hometown	2.6±1.1 ^b	2.7±1.0 ^{ab}	3.0±1.0 ^a	2.8±1.1	3.848*
Total	3.2±0.8 ^b	3.2±0.6 ^b	3.6±0.7 ^a	3.3±0.7	16.003***

¹⁾ Mean±SD

²⁾ Different alphabets in a row are significantly different by Scheffe test ($a>b$)

³⁾ * $P<0.05$, *** $P<0.001$

⁴⁾ Not significant

다($P<0.05$). 한국음식이 우수하지 않다고 생각하는 이유에 대해서는 한국거주기간에 따라 유의한 차이가 나타나지 않았다. 교육기관을 통하여 한국음식을 배운 경험에 대해 전체 대상자의 28.1%가 있다고 하였으며 한국거주기간에 따른 유의한 차이는 없었다. 한국음식을 배우는데 가장 많은 영향을 준 요인으로 3년 미만군과 3~7년군은 남편의 가족>동향인 친구/이웃>한국인 친구/이웃 순으로 나타났고, 7년 이상군에서는 남편의 가족>한국인 친구/이웃>교육기관=대중매체 순으로 나타났다($P<0.05$).

조사대상자의 한국거주기간에 따른 한국음식 및 고향음식에 대한 태도에 대한 결과는 Table 6과 같다. ‘나는 한국음식을 잘 만든다’에 대해 3년 미만군은 2.7점, 3~7년군은 2.9점, 7년 이상군은 3.5점으로 한국거주기간이 길수록 유의하게 높은 것으로 나타났다($P<0.001$). ‘내가 만든 한국음식을 가족이 잘 먹는다’에 대해서도 한국거주기간이 길수록 유의하게 높아지는 것으로 나타났다($P<0.001$). ‘가족이 모여 식사하는 자리는 즐겁다’에 대해 한국거주기간 3년 미만군의 평균값은 3.6점, 3~7년군은 3.9점, 7년 이상군은 4.1점으로 나타났다($P<0.05$). ‘나의 고향음식을 자주 해 먹는다’에 대한 결과는 한국거주기간 3년 미만군의 평균값은 3.3점, 3~7년군은 3.2점, 7년 이상군은 3.6점, 전체 평균값 3.4점으로 유의한 차이가 없었다. ‘나의 고향음식을 가족이 잘 먹는다’에 대한 응답결과 한국거주기간 3년 미만군의 평균값이 2.6점, 3~7년군은 2.7점, 7년 이상군은 3.0점으로 나타났다($P<0.05$). 전체적으로 결혼이주여성의 한국거주기간이 길수록 한국음식과 고향음식에 대한 태도가 긍정적으로 좋아지는 것을 알 수 있었다($P<0.001$).

고 찰

본 연구에서는 결혼이주여성을 대상으로 식태도 및 가족의 식생활 관리, 한식에 대한 견해 등을 조

사하고 특히, 한국거주기간에 따라 이들 요인이 어떻게 다른지 살펴봄으로써 결혼이주여성의 한국생활 적응기간별로 식생활 관리 특성을 찾아 결혼이주여성의 식생활 관리 프로그램 기초자료를 제시하고자 하였다. 본 연구 결혼이주여성의 한국거주기간은 다문화 가족 생애주기별 맞춤형 서비스(보건복지가족부 2008)의 2~4단계의 적응 내용에 근거하여 구분하였다. 즉 가족관계 형성기인 3년 미만군, 자녀양육 및 정착기인 3~7년군, 역량강화기인 7년 이상군으로 나누었다.

본 조사대상자의 평균 연령은 39.1세이었고 평균 신장은 159.3 cm, 평균 체중은 54.9 kg이었다. 이는 결혼이주여성으로 같은 연령대인 30~49세의 한국여성 체위기준치(The Korean Nutrition Society 2010)와 비교할 때 신장은 2.2 cm 크고, 체중은 0.8 kg 많이 나가는 것으로 나타나 한국에서 성장한 여성과 큰 차이는 없었다. 그러나 첫째 자녀의 경우 9~11세의 한국인체위기준치(신장 139.6 cm, 체중 35.7 kg)와 비교하면 신장은 16.3 cm 작고 체중은 6.7kg이 적게 나가는 것으로 조사되어 결혼이주여성의 식사관리 상태가 자녀의 발육 불량과 관련성이 있는지에 대한 향후 연구가 필요하다고 생각한다.

식태도의 경우 한국거주기간 3년 미만군에서 편식을 한다는 응답이 높게 나타났는데($P<0.01$), 이는 한국생활 초기에 고향과 다른 식문화에 대한 호불호가 더 크게 반영된 결과라고 생각된다. 결혼이주여성의 식생활 적응 및 영양소 섭취상태를 보고한 Kim 등(2012)의 연구에 따르면 거주기간이 4년 이상인 이주여성이 거주기간 4년 미만인 여성보다 식생활 적응 총점이 유의적으로 더 높게 나타나 본 연구결과와 유사한 경향을 나타내었다. 한편 본 연구에서 한국거주기간이 짧을수록 식사시간이 불규칙하고($P<0.05$), 한국거주기간이 길수록 식사량은 일정한 것으로 조사되었다($P<0.01$). 이는 결혼이주여성을 대상으로 실시한 Han(2010)의 연구에서도 한국거주기간이 짧을수록 식사시간이 불규칙하고 한국거주기간이 길수록 식사 시간을 꼭 지킨다는 것과

유사하였다. 이와 같은 결과를 통해 결혼이주여성은 한국거주기간이 길어질수록 한국생활에 적응하여 식태도가 좋아지는 것으로 나타남으로써 이들의 식태도 교육 및 지도는 한국 이주 초기에 집중적으로 이루어지는 것이 효과적이라고 생각한다.

식생활 관리 상태를 살펴보면, 한국거주기간이 길수록 결혼이주여성이 식생활 관리를 하는 것으로 조사되었는데($P < 0.001$), 이는 시간이 지남에 따라 결혼이주여성에 대한 가족의 신뢰가 커지면서 식생활 관리에 대한 권한과 책임이 결혼이주여성에게 이양되는 결과라고 생각한다. 본 연구에서 가족의 주식은 한국거주기간이 길수록 흰쌀밥의 섭취비율은 감소하고 잡곡밥의 섭취비율은 증가하였다($P < 0.05$). 이와 같은 결과는 결혼이주여성들이 농업기술이 발달하고 식재료가 풍요로워 음식의 양보다 질을 중시하는 한국의 식생활 문화를 한국거주기간이 길수록 많이 받아들이면서 나타난 결과라고 생각된다. 베트남 결혼이민여성과 배우자와의 식습관의 상관관계를 보고한 Kim 등(2009)의 연구에 따르면 이주 초기에는 배우자와의 영양소 섭취량과의 상관성이 높지만 3년 이후에는 상관성이 감소하는 경향을 보였는데, 이는 이주 초기에는 주체적인 식품선택이나 본국 음식의 섭취 기회가 부족하여 한국 배우자 가정 내의 식습관을 따를 수밖에 없지만 거주기간이 증가함에 따라 한국 음식에 대한 적응과 사회활동이 증가되기 때문이라고 보고하였다. 본 연구에서 음식 요인 중 가장 중요하게 생각하는 것은 한국거주기간과 상관없이 전체적으로 영양(48.8%)과 맛(36.9%)이라는 의견이 많았다. 이는 결혼이주여성이 음식을 선택할 때 영양보다는 맛과 양을 위주로 선택한다는 Kwak(2009)의 연구와 우리나라 주부들의 음식 선택 기준이 맛, 영양소, 가격 순이었다는 Shin 등(2010)의 연구와는 다소 차이가 있었다. 특히 결혼이주여성의 가정 내 소득은 전반적으로 낮아서(김 등 2010) 적은 돈으로 음식을 준비해야하기 때문에 영양적 가치보다 경제적 요인을 더 많이 고려한다고 하였으나, 본 연구에서는 양을 고려한다는 비율

은 영양, 맛, 기호도 다음으로 가장 낮은 비율을 보였다. 이와 같은 차이는 조사마다 결혼이주여성의 가정수입이 다르기 때문에 나타난 결과로 보인다. 자녀 식습관 형성에 가장 많은 영향을 주는 것을 묻는 질문에 친구라는 응답은 한국거주기간이 길수록 감소하였고, 부모라고 응답한 비율은 증가하였다($P < 0.01$). 이는 자녀가 성장함에 따라 부모로서의 책임감이 커지는 것을 반영한 결과라 생각된다. 아동의 식사는 그 가정의 식사내용이나 기호, 식사시간 및 식습관에 따라 섭취하는 음식이 결정되고 그에 따라 영양상태가 좌우되므로, 부모가 자녀의 식습관 형성에 미치는 영향은 중요하다(Kim 2004; Pyun & Lee 2010). 이와 같이 자녀의 식생활 태도에 어머니의 지도가 지속적으로 요구되므로 한국에 장기 거주하는 결혼이주여성에게는 한국음식 만들기, 맛보기 등 한국음식에 대한 경험 확대를 위한 교육보다 자녀의 올바른 식습관형성을 위한 지도방법에 대한 심화교육이 더 필요할 것으로 생각된다.

한국음식에 대한 인식을 살펴보면, 조사대상자 중 84.3%가 한국음식이 우수하다고 응답하였으며, 이유는 영양이 우수(46.4%)하고 맛이 좋기(39.3%) 때문인 것으로 나타났다. 한편 한국거주기간에 따라 유의한 차이는 없었지만 한국음식의 우수성이 떨어지는 이유도 한국음식이 우수하다고 응답한 것과 동일하게 맛과 영양 때문이라고 응답하였다. 한국음식을 배우는데 가장 많은 도움을 받은 것은 남편의 가족이었으며, 두 번째로는 3년 미만군과 3~7년군은 동향인이었고 7년 이상군은 한국인이었다($P < 0.05$). Kim & Lee(2009)의 연구에서도 시댁식구의 도움을 많이 받고 그 다음으로 학교, 복지관 등 기타방법으로 얻는 것과 유사하였다. 이와 같이 결혼이주여성이 한국음식을 습득하는데 있어 도움을 주는 요인은 개인과 가족의 차원에서 한정되어 있음을 알 수 있다. 이주지원센터 등에서도 한국어교육을 위한 프로그램은 필수적으로 운영되고 있으나 식생활 관련 교육 프로그램은 미비하다고 보고된 바 있다(Jeong 등 2012). 점차 결혼이주여성이 증가하고 어머니의 식

습관이 가족 구성원의 식습관에 영향을 미치는 점을 고려할 때 정책적으로 체계적이고 지속적인 식생활 교육 지원은 결혼이주여성과 가족의 안정적인 식생활을 위해 매우 필요하다고 생각한다.

한국음식에 대한 태도의 경우, 한국거주기간이 길수록 결혼이주여성의 한국음식 만드는 습씨가 좋아졌으며($P<0.001$) 그에 따라 가족의 식사 섭취도 좋아지고($P<0.001$), 식사하는 자리도 즐거워졌다($P<0.05$)고 답해 한국거주기간 증가에 따라 한국음식에 대한 전반적인 태도가 긍정적으로 변함을 알 수 있었다. Kim 등(2011)의 연구에 의하면 결혼이주여성들은 가정의 식생활 책임자로서의 역할에 대한 어려움을 겪고 있기 때문에 다문화 가정 이주여성의 영양교육을 계획할 경우에는 이들의 경제수준과 학력수준, 문화적 차이로 인한 식생활의 어려움 등이 충분히 고려되어야 한다고 보고하였다. 그러나 아직까지 결혼이주여성에 대한 식태도 및 식생활 관리에 관한 연구가 매우 부족하기 때문에 지속적인 연구를 통해 이주여성의 한국 식생활의 적응을 돕고 식생활 관리주체로서의 영양교육에 필요한 요인 분석이 선행되어야 할 것이다. 이를 통해 한국 식생활 적응을 위한 실질적인 교육 프로그램 지원이 이루어진다면 결혼이주여성들이 새로운 문화와 생활에 더욱 빠르고 안정적으로 정착할 수 있을 것으로 기대한다.

요약 및 결론

본 연구는 결혼이주여성의 한국거주기간에 따른 식태도 및 식생활 관리 실태를 알아보고자 결혼이주여성 220명을 대상으로 일반사항 및 식태도, 식생활 관리, 조리방법, 음식선택 및 자녀 식습관 형성에 영향을 주는 요인, 한국음식에 대한 인식을 3년 미만군, 3~7년군, 7년 이상군으로 구분하여 분석하였으며, 그 결과를 요약하면 다음과 같다.

1. 조사대상자의 평균 연령은 39.1세이었고 평균 신장은 159.3 cm, 평균 체중은 54.9 kg이었다.

2. 식태도의 경우 한국거주기간 3년 미만군에서 편식을 한다는 응답이 높게 나타났다($P<0.01$). 한국거주기간이 짧을수록 식사시간이 불규칙하고($P<0.05$), 한국거주기간이 길수록 식사량은 일정한 것으로 조사되었다($P<0.01$).

3. 식생활 관리의 경우 한국거주기간이 길수록 결혼이주여성이 식생활 관리를 하는 것으로 조사되었고($P<0.001$), 가족이 함께하는 식사는 3~7년군의 아침(23.8%)과 저녁(71.3%)이 유의하게 높게 조사되었다($P<0.05$). 가족의 주식은 한국거주기간이 길수록 흰쌀밥의 섭취비율은 감소하고 잡곡밥의 섭취비율은 증가하였다($P<0.05$). 음식에서 가장 중요하게 생각하는 것은 한국거주기간과 상관없이 전체적으로 영양(48.8%)과 맛(36.9%)이라는 비율이 높았다. 자녀 식습관 형성에 가장 많은 영향을 주는 요인이 부모라고 응답한 비율은 한국거주기간이 길수록 증가하였다($P<0.01$).

4. 한국음식에 대한 인식 및 태도의 경우 조사대상자 중 84.3%가 한국음식이 우수하다고 응답하였으며, 이유는 영양이 우수(46.4%)하고 맛이 좋기(39.3%) 때문인 것으로 나타났다. 한국음식을 배우는데 가장 많은 도움을 받은 것은 남편의 가족이었으며, 두 번째로는 3년 미만군과 3~7년군은 동향인이었고 7년 이상군은 한국인으로 조사되었다($P<0.05$). 한국거주기간이 길수록 결혼이주여성의 한국음식 만드는 습씨가 좋아졌으며($P<0.001$), 그에 따라 가족의 식사 섭취도 좋아지고($P<0.001$), 식사하는 자리도 즐거워졌다($P<0.05$). 또한 결혼이주여성이 만든 결혼이주여성의 고향음식에 대한 가족의 섭취가 나아지는 것으로 조사되었다($P<0.05$).

이상의 연구 결과를 종합하면 결혼이주여성은 한국음식에 대한 긍정적인 태도와 가족 및 이웃의 도움으로 한국거주기간이 길어질수록 한국 식생활에 잘 적응하였으며 식태도가 규칙적으로 변화하였다. 또한 자녀 식습관 형성에 대한 부모로서의 책임과

가정 내 식생활 관리에 대한 역할이 한국거주기간이 길어질수록 증가하였다. 본 연구를 기반으로 하여 결혼이주여성의 식생활 적응기간을 단축하고 다문화 가족의 안정적이고 긍정적인 식생활 정착에 도움을 주기 위하여 결혼이주여성을 대상으로 한 식생활 관리지도는 한국 거주기간에 따라 특성을 달리하여 정책적인 차원에서 체계적으로 이루어져야 할 것이다.

참고문헌

- 김승권, 김유경, 조애지, 김혜련, 이혜경, 설동훈, 정기선, 심인선 (2010): 2009년 전국 다문화가족 실태조사 연구. 한국보건사회연구원. pp.519-523
- 박대식, 최경은 (2008): 농촌의 다문화가족 실태와 정책방향. 한국농촌경제연구원. pp.1-3
- 보건복지가족부 (2008): 다문화 가족 생애주기별 맞춤형 서비스 지원 강화 계획. 보건복지가족부 다문화가족과. 서울. p.2
- Han YH (2010): Influential factor on Korean dietary life and eating behaviour of female marriage immigrants. Masters degree thesis. Hanyang University. pp.61-64
- Jeong MJ, Jung EK, Kim AJ, Joo N (2012): Nutrition knowledge and need for a dietary education program among marriage immigrant women in Gyeongbuk region. J Korean Diet Assoc 18(1):30-42
- Kang HJ (2007): Immigrant women's desire for expressing and preserving the mother culture and their identity. Masters degree thesis. Sookmyung Women's University. pp.46-47
- Kim HA (2004): Comparison of normal weight vs obese children in terms of family factors, eating habits and socio-cognitive factors. Korean J Child Health Nurs 10(3):300-310
- Kim JE, Kim JM, Seo SH (2011): Nutrition education for female immigrants in multicultural families using a multicultural approach: in-depth interviews with female immigrants and nutrition education professionals. Korean J Nutr 44(4):312-325
- Kim JM, Lee HS, Kim MH (2012): Food adaptation and nutrient intake of female immigrants into Korea through marriage. Korean J Nutr 45(2):159-169
- Kim JM, Lee NH (2009): Analysis of the dietary life of immigrant women from multicultural families in the Daegu area. J Korean Diet Assoc 15(4):405-418
- Kim SH, Kim WY, Lyu JE, Chung HW, Hwang JY (2009): Dietary intakes and eating behaviors of Vietnamese female immigrants to Korea through marriage and Korean spouses and correlations of their diets. Korean J Community Nutr 14(1):22-30
- Kwak DW (2009): Research to ingestion of food and an attitude from food and drink of multicultural family. Masters degree thesis. Woosong University. pp.96-104
- Lee JS (2008): Association of nutrition knowledge, food behaviors and diets between mothers and children. Masters degree thesis. Daegu University. pp.87-88
- Lee SU (2009): Association between stress, and nutritional and health status of female immigrants to Korea in multi-cultural families. Masters degree thesis. Ewha Women University. p.57
- Park JY, Lee SS (2010): The effects of the dietary attitude of mothers on their children's health-related factors. J Korean Practical Arts Education 16(2):217-236
- Park SH (2003): Comparing the nutrient intake, quality of diet, eating habit scores and dietary behaviors of university students in Iksan, according to their type of residence. Korean J Community Nutr 8(6):876-888
- Park Y, Jeong HS, Joo N (2010): A study on multi-cultural family wives adapting to Korean cuisine and dietary patterns. Nutr Res Pract 4(5):405-413
- Pyun JS, Lee KH (2010): Study on the correlation between the dietary habits of mothers and their preschoolers and the mother's need for nutritional education for preschoolers. J Korean Diet Assoc 16(1):62-76
- Seong ES (2009): A study on intermarried immigrant women's acculturation: focused on the moderating effect of coping strategies. Masters degree thesis. Seoul Women's University. pp.39-42
- Shin KO, Yoon JA, Lee JS, Chung KH (2010): A comparative study of the dietary assessment and knowledge of (full-time) housewives and working (job-holding) housewives. J East Asian Soc Dietary Life 20(1):1-10
- Sim YJ, Jung BM, Kim ES, Joo NM (2000): A survey for the international spread of Korean food from the Korean residents in the U.S. Korean J Soc Food Sci 16(3):210-215
- The Korean Nutrition Society (2010): Dietary reference intakes for Koreans. The Korean Nutrition Society. Seoul. pp.17-21