

전라북도 전주지역 노인의 식습관 및 선호식품에 관한 조사 연구

차경희 · 김진선¹ · 박희란¹ · 박한설¹ · 윤소정² · 박지현¹ · 박주안¹ · 조형용³ · 최미정⁴ · 신정규*
전주대학교 한식조리학과, ¹전주대학교 전통식품산업학과, ²단국대학교 식품공학과,
³차의과학대학교 식품생명공학과, ⁴건국대학교 생명자원식품공학과

A Study On the Eating Habits and Food Preference of the Elderly in Jeonju, North Jeolla Province

Gyung Hee Cha, Jinseon Kim¹, Hee Ran Park¹, Han-Sul Park¹, So Jung Youn², Ji Hyun Park¹,
¹Juan Park, Hyung-Yong Cho³, Mi-Jung Choi⁴, and Jung-Kue Shin*

Department of Korean Cuisine, JeonJu University

¹Department of Traditional Food Industry, JeonJu University

²Department of Food Engineering, Dankook University

³Department of Food Science & Biotechnology, Cha University

⁴Department of Bioresources and Food Science, Konkuk University

Abstract

To investigate the preference of food of the elderly for developing processed elderly food, this study was conducted from February 2014 to March 2014 by questionnaire including dietary behaviors, food preference, and frequency of food intake to 119 elderly (49 males and 70 female) who were more than 65 years old and living in Jeonju. Most subjects ate three meals regularly and most of the subjects' favorite meal time was lunch. The duration time of one meal was 20 min (48.74%). The most preferred taste was delicate and sweet. The subject preferred cooked rice with multi-grains, *kalguksu* (hot noodle), and abalone porridge to other staple foods. Almost 50% of the subjects liked soy-bean paste soup and stew, and the ratio of elderly who liked Chinese cabbage *kimchi* was 72.3%. Preference for pan-fried foods leaned toward pan fried fish fillet and mung bean pancake. Most subjects preferred plant foods like vegetables, lettuce, and seaweeds. The elderly in Jeonju liked roasted pork, grilled yellow croaker, and stir-fried octopus. Cooked and seasoned vegetables (*namul*) were the most preferred type by the elderly. Preferences for dishes and food materials were not affected by sex and ages. Most subjects preferred eating out with Korean food. Preference for eating food was selected in grilled beef ribs, a pork cutlet, sushi-broiled eels, and Chinese noodles. Western Japanese and Chinese food were preferred by an elderly subject, who was male and who liked Japanese food more than female.

Key words: elderly people, food habit, food preference, Jeonju

서 론

의학기술의 발달과 생활수준의 향상 등으로 평균 수명이 연장되어 최근 노인 인구가 급격하게 증가하고 있으며, 이에 대한 노인의 건강과 영양 상태에 대한 관심이 점차 높아지고 있다(Woo et al., 2002; Kim, 2008). 고령화 사회는 총 인구에서 65세 이상 인구가 차지하는 비율이 7% 이상인 사회를 말한다(Shin, 2015). 통계청이 발표한 고령자통계에 따르면 2014년 현재 국내의 총 인구 중 65세 이상 인구가

차지하는 비율은 12.7%로 나타났으며, 평균수명의 연장으로 2030년 24.3%, 2060년 40.41%로 고령인구는 지속적으로 높아질 전망이라고 밝혔다(Korea National Statistical Office, 2014).

노인의 건강상태는 신체적 변화와 심리적, 사회적 그리고 경제적 요인 등 다양한 요인이 복합적으로 작용함에 따라 영양학적으로 매우 취약하며(Ahn, 2000), 특히 노인은 나이가 들면서 신체기관의 노화에 의해 미각과 후각이 쇠퇴하고, 치아기능의 상실로 씹는 능력과 삼키는 능력이 저하된다(Choe et al., 2006). 또한 소화흡수 기능이 감소하고 체내 영양소 이용률도 감소하여 영양 불균형을 초래한다. 따라서 노인의 건강관리를 위해서 노인의 체내대사에 맞는 영양 공급을 할 수 있는 식품이 필요하며(Ahn & Kang, 1999), 이를 위해 노인의 특성을 고려하여 노인의 건강증진 및 기호에 맞는 노인용 제품 개발이 요구되어진다. 이와 더

*Corresponding author: Jung-Kue Shin, Department of Korean Cuisine, College of Culture and Tourism, JeonJu University, 303 Cheonjam-ro, Wansan-gu, Jeonju, Jeonbuk, 55069, Korea
Tel: 82-63-220-3081; Fax: 82-63-220-3264
E-mail : sorilove@jj.ac.kr

Received January 14, 2016; revised February 12, 2016; accepted February 7, 2016

불어 최근 소비자들은 그 기호가 다양하고 개개인의 성향이 분명한 특징을 가지고 있기 때문에 이를 만족시키기 위한 맞춤형 제품의 개발이 필요하다(Nummenlin, 2005). 그럼에도 불구하고 현재 국내 고령자용 식품의 경우 아직까지는 특수의료용 식품인 영양보충식이나 경구 투여용 제품이 대부분으로 노인의 다양한 특성 및 기호도를 고려한 식품 개발은 아직까지는 부족한 실정이다(Kim, 2015). 즉, 노인성 질환으로 식품 섭취에 어려움이 있는 노인을 위한 식품개발뿐만 아니라 건강한 노인이 일상생활에서 편리한 식사가 가능할 수 있도록 다양한 기호를 고려한 맞춤형 제품의 개발이 필요하다 하겠다(Kwak et al., 2013).

현재 고령자의 식습관이나 선호식품에 대한 연구가 다양하게 진행되고 있으며(Woo et al., 2002; Choe et al., 2006; Kim, 2008; Kwak et al., 2013) 노인의 식습관 및 건강상태, 음식 및 식품 또는 조리법에서 노인의 기호도에 대한 보고도 이루어 지고 있으나 지역별로 체계적인 보고는 아직까지는 미비한 실정이다. 본 연구는 전라북도 전주지역 65세 이상노인들의 식생활 및 식품선호도에 대한 전반적인 조사를 실시하여 노인의 건강증진 및 기호에 맞는 노인용 식품을 개발하기 위한 기초자료를 제공하는데 그 목적이 있다.

재료 및 방법

조사대상 및 기간

본 연구는 전라북도 전주지역에 있는 노인복지관 및 아파트 단지 내 설치된 노인정에 있는 65세 이상 남녀 노인을 대상으로 2014년 2월부터 한 달간 설문조사를 실시하였다. 총 123부의 설문지를 배포하여 123부 모두 회수하였으며, 응답이 불충분한 4부를 제외한 총 119부를 분석하였다.

조사내용 및 방법

본 설문지는 Ahn (2000)의 노인 식생활 및 식품기호도에 대한 선행연구를 참고하여 본 연구의 목적에 맞게 작성하였다. 설문지는 사전에 훈련된 전주대학교 전통식품산업학과 대학원생들이 노인과 1:1로 직접 면담하여 조사되었다. 설문지의 내용은 일반사항, 건강상태, 식습관, 식성, 음식(식품) 및 조리법 선호도, 외식 선호도로 구성하였다.

일반사항은 성별, 연령, 학력, 가족구성형태, 수입, 용돈 등을 조사하였으며, 건강상태에 대한 문항으로는 본인이 자각하는 건강상태 및 치아상태, 후각상태, 흡연량 및 평균 흡연량, 음주량 및 평균 음주량으로 구성하였다. 식습관 및 식생활에 대한 문항은 하루 식사횟수, 결식하는 식사, 결식하는 이유, 식사 시 입맛이 없는 이유, 소화가 되지 않는 식품, 가장 선호하는 식사 때, 선호하는 아침식사 형태, 식사시간, 편식정도, 편식을 하는 이유로, 선호하는 간식, 희망하는 식생활로 구성하였고, 식성에 대한 문항에서는 가장 선호하는 맛, 선호하는 반찬의 간 정도와 단맛정도로

구성하였다. 선호 식품(음식) 및 조리법에 대한 문항은 주 식류, 국·찌개류, 육류, 생선·해산물류, 채소류, 해조류, 김치류, 장아찌·젓갈류, 전·부침류, 과일·과채류로 구성하였으며, 외식에 대한 문항에서는 선호하는 외식, 외식횟수, 외식의 종류에 따른 선호하는 음식으로 구성하였다.

통계분석

모든 자료 분석에 SPSS Version 21.0 package program (SPSS Inc., Chicago, IL, USA)을 사용하였다. 조사대상자의 일반사항은 빈도와 백분율을 구하였다. 건강상태 및 식습관 및 식생활, 식생활, 식성, 선호음식 및 조리법, 외식 선호도에 대한 사항은 각각 빈도와 백분율을 구한 후 남·녀 변인 간 차이를 알아보기 위하여 교차분석을 실시하였고, 교차분석의 경우 카이제곱검정(χ^2)을 통해 유의적 차이를 검증하였으며, 통계의 유의수준은 $p < 0.05$ 수준으로 설정하였다.

결과 및 고찰

조사대상자의 일반사항

본 설문에 응한 대상자의 일반사항은 Table 1과 같다.

Table 1. General characteristics of the subject

Variables	Criteria	Frequency, n (%)
Gender	Male	49(41.18)
	Female	70(58.82)
Age(yr)	65-70	21(17.65)
	71-75	31(26.05)
	76-80	30(25.21)
	≥80	37(31.09)
Education	Elementary	48(40.34)
	Middle school	27(22.69)
	High school	31(26.05)
	University	11(9.24)
Type of family	Graduate school	2(1.68)
	Spouse	62(52.10)
	Celibacy	30(25.21)
	With son or daughters	24(20.17)
	Unmarried sons and daughters or grand children	3(2.52)
Income (Won/month)	Other	0(0.00)
	< 300,000	67(56.30)
	300,000 ~ 490,000	11(9.25)
	500,000 ~ 990,000	17(14.28)
	1,000,000 ~ 1,990,000	13(10.92)
Pin money (Won/month)	≥ 2,000,000	11(9.25)
	< 100,000	33(27.73)
	100,000 ~ 290,000	44(36.98)
	300,000 ~ 499,000	27(22.69)
	500,000 ~ 990,000	9(7.56)
	> 1,000,000	6(5.04)

남성 41.18%, 여성 58.82%이었고, 연령은 65-70세가 21명(17.65%), 71-75세 31명(26.05%), 76-80세 30명(25.21%), 80세 이상이 37명(31.09%)이었다. 교육수준은 국졸이 40.34%로 가장 많았고, 고졸(26.05%), 중졸(22.69%), 대졸(9.24%), 대학원(1.68%) 순이었다. 가족유형은 배우자와 산다는 경우가 52.10%로 가장 많았으며, 다음으로 독거(25.21%), 아들·딸 가족(20.17%), 미혼자녀나 손자녀(2.52%)였다. 월 평균 수입은 30만원 미만인 56.30%, 50만원-100만원 미만인 14.28%, 100만원-200만원 미만 10.92%, 30만원-50만원 미만 및 200만원 이상은 각각 9.25%이었다. 월 평균 용돈은 10만원-30만원 미만인 36.98%, 10만원 미만 27.73%, 30-50만원 미만인 22.69% 이었다.

조사대상자의 건강상태

조사대상자의 건강상태에 대한 응답은 Table 2와 같다. 본인이 자각하는 건강상태에 대한 응답에서 과반수이상인 보통(61.34%)이라고 응답하였으며, 다음으로 나쁨(20.17%), 좋음(18.49%)순이었다. 건강상태가 나쁘다고 응답한 비율이 여성(14.29%)보다 남성(28.57%)이 더 많은 것으로 나타

나 남성이 여성보다 본인이 건강이 나쁘다고 인식하는 것으로 나타났다.

노인의 치아 상태에 대한 응답에서는 부분틀니 또는 임플란트인(34.45%) 경우가 가장 많았으며, 다음으로 틀니(25.21%), 자연치가 몇 개 빠진 상태(22.69%), 자연치(15.97%), 이가 없음(1.68%) 순으로 나타났다. 노인들의 경우 치아가 상실되면 저작능력이 저하되어 음식물의 선택범위가 좁아지며, 음식섭취에 영향을 받게 된다(Won, 2003). 또한 부분의치를 가진 사람들의 경우 이에 잘 적응하였다 하더라도 저작의 효능은 자연치를 가지고 있을 때의 27%밖에 되지 않는다는 연구결과가 있었다(Wayler & Chauncey, 1983; Chauncey et al., 1984; Wayler et al., 1984). 이를 바탕으로 보면 자연치를 제외한 응답자들 중에는 절반이상이 저작능력에 어려움을 가지고 있는 경우가 많이 있을 것으로 생각된다. 국민건강통계에서도 저작불편 호소율이 60-69세의 경우 36.2%, 70세 이상의 경우 50.1%로 나타났으며, 연령이 증가할수록 저작불편 호소율이 높은 것을 알 수 있다(Ministry of Health and Welfare, 2013). 본 연구에서도 저작능력에 어려움을 가지고 있는 비율이 높을 것으

Table 2. Physical condition of the subject

Variables	Criteria	Male (n=49)	Female (n=70)	Total (n=119)	χ^2
Health condition	Good	9(18.37)	13(18.57)	22(18.49)	3.849
	Normal	26(53.06)	47(67.14)	73(61.34)	
	Infirm	14(28.57)	10(14.29)	24(20.17)	
Teeth condition	Natural teeth	10(20.41)	9(12.86)	19(15.97)	3.228
	Natural teeth and false teeth	9(18.37)	18(25.71)	27(22.69)	
	Partial denture or implant	18(36.73)	23(32.86)	41(34.45)	
	Denture	12(24.49)	18(25.71)	30(25.21)	
	No teeth	0(0.00)	2(2.86)	2(1.68)	
Smell condition	Sensitive	19(38.77)	25(35.71)	44(36.97)	4.662
	Normal	21(42.86)	36(51.43)	57(47.90)	
	Can not take on the smell	9(18.37)	6(8.57)	15(12.61)	
	Can not take on the smell of almost	0(0.00)	2(2.86)	2(1.68)	
Smoking	Smoking	5(10.20)	0(0.00)	5(4.20)	7.456**
	Nonsmoking	44(89.80)	70(100.00)	114(95.80)	
Amount of smoking	≥ 2 cigarette	2(40.00)	0(0.00)	2(40.00)	9.027
	3-9 cigarette	1(20.00)	0(0.00)	1(20.00)	
	10 cigarette	1(20.00)	0(0.00)	1(20.00)	
	> a pack of cigarettes	1(20.00)	0(0.00)	1(20.00)	
	< a pack of cigarettes	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	
Drinking alcohol	Drinking	21(42.86)	6(8.57)	27(22.69)	19.316***
	Not revealed	28(57.14)	64(91.43)	92(77.31)	
Amount of drinking	> 1 bottle	12(57.14)	6(100.00)	18(66.67)	22.068***
	1-2 bottle	8(38.10)	0(0.00)	8(29.63)	
	3-5 bottle	1(4.76)	0(0.00)	1(3.70)	
	6-8 bottle	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	
	≤ 9 bottle	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	

** $p<0.01$, *** $p<0.001$

로 생각되며, 그 이유는 조사대상자의 연령이 70-80세 이상이 많은 비율을 차지하기 때문인 것으로 생각된다.

후각상태에 대한 응답에서는 보통(47.90%) 정도가 가장 많았으며, 다음으로 냄새에 민감함(36.97%), 냄새를 잘 맡지 못함(12.61%) 순이었다. 냄새를 잘 맡지 못하는 비율은 여성보다 남성이 더 높게 나타나 남성이 여성보다 후각이 떨어지는 것으로 생각된다. Susan & Elaine (1996)의 연구 결과에서도 남자가 여자보다 후각에 대한 감수성이 떨어지며, 특히 60대 이후에서 여자보다 남자의 후각 기능이 더 감소한다는 결과가 나타나 이와 일치하는 경향을 보였다. 흡연에 대한 응답에서는 남성 응답자 중 10.20%만 흡연을 한다고 응답하였으며, 여성의 경우는 흡연자가 없는 것으로 나타나 남·녀간에 유의적인 차이가 나타났다($p < 0.001$). 결과적으로 여성 노인에 비해 남성 노인의 흡연율이 높은 것을 알 수 있다. 현재 흡연을 하고 있는 노인의 흡연량의 경우 응답자의 40.00%가 2개피 이하를 피운다고 응답하였다. 음주에 대한 응답에서 77.31%가 음주를 하지 않는다고 응답하였으며, 남·녀 간에 유의적인 차이가 나타났다($p < 0.001$). 음주를 하지 않는다는 비율이 남성의 경우는 57.14%인 반면, 여성의 경우는 91.43%로 여성보다 남성의 음주율이 훨씬 높은 것으로 나타났다. 현재 음주를 하고 있는 노인의 음주량의 경우 66.67%가 1병 이하라고 응답하였으며, 다음으로 1-2병, 3-5병 순이었다. 여성의 경우는 전체적으로 1병 이하로 마신다고 응답하였으나, 남성의 경우는 1병 이하(57.14%), 1-2병(38.10%), 3-5병(4.76%) 순으로 나타나 남성이 여성보다 음주량이 많은 것으로 나타났다. 인천광역시 도시 및 농촌지역 노인을 대상으로 한 연구결과에서도 지역에 상관없이 남성이 여성보다 음주를 및 음주횟수가 높게 나타났다(Woo et al., 2002).

조사대상자의 식습관

조사대상자의 식습관에 대한 응답은 Table 3과 같다. 하루의 식사횟수에 대한 응답에서 89.92%의 응답자가 하루에 3끼 식사를 하는 것으로 나타났다. 대구지역 노인들을 대상으로 한 연구에서도 78.0%가 식사를 규칙적으로 3회 식사한다는 비율이 78.0% 이었다(Kim, 2010). 경기지역 노인을 대상으로 한 조사에서도 86.4%가 하루에 식사를 3회 섭취한다고 응답하였다(Jang, 2010). 또한 Lee (2013)의 부산지역 직장인을 대상으로 한 연구에서 3회 이상 식사를 하는 비율이 20대의 경우 45.8%, 30대 57.1%, 40대 78.3%인 것과 비교하였을 때, 본 연구결과의 노인들이 식사를 더 규칙적으로 하는 것으로 나타났으며, 이는 노인들이 시간적으로 더 여유가 있기 때문인 것으로 생각된다(Ahn, 2000). 하루 식사를 2회 이하로 섭취하는 응답자들은 남성(6.12%)보다 여성(10.00%)이 더 높은 비율로 나타났으며, 결식하는 식사 때는 주로 아침(60.00%) 식사라고 응답하였다. 성별로 보았을 때 남성의 경우는 66.67%가 점심을 거

른다는 응답자가 많은 반면, 여성의 경우는 85.71%가 아침을 거른다고 응답하여 남·녀 간에 유의적인 차이를 나타내었다($p < 0.05$). 결식을 하는 이유에 대해서는 입맛이 없거나(50.00%), 소화가 잘 되지 않기 때문(30.00%)이었다.

식사 시 입맛이 없는 이유에 대해서는 치아가 좋지 않기 때문에(60.00%), 반찬이 입에 맞지 않아서(20.00%)의 순으로 나타났으며, 성별에 따른 유의적인 차이는 나타나지 않았다. 식사 때 소화가 잘 안된다고 응답한 노인을 대상으로 소화가 잘 안되는 식품에 대해 조사한 결과 66.67%가 고기류라고 응답하였으며, 다음으로 유제품류(33.33%)라고 응답하였다. 하루 식사 중 가장 선호하는 식사 때는 남·녀 모두 점심(68.07%)이 가장 많았으며, 다음이 저녁(24.37%)이라고 응답하였다. 아침식사의 경우 선호하는 비율이 다른 식사보다 매우 낮았으며, 특히 남성보다 여성의 경우가 아침을 선호한다는 비율이 더 낮은 경향을 보였다. 이는 위의 결식하는 식사에서 여성의 경우 아침식사를 결식하는 결과와 연관된 것으로 보이며, 이로 인하여 아침식사의 기회도가 낮은 것으로 생각된다. 선호하는 아침식사의 형태에 대한 응답에서 전체 응답자 중 89.92%의 응답자가 밥을 가장 선호하였으며, 다음으로 빵(4.20%), 죽(3.36%)의 순이었다. 서울지역 노인을 대상으로 한 조사에서도 남·녀 대부분의 노인이 아침식사 형태로 밥(80.57%)을 가장 선호한다고 응답하였으며, 다른 항목에 대해서는 거의 대부분 선호한다는 비율이 10% 미만으로 나타나 본 연구결과와 일치하였다(Ahn, 2000). 한 끼 식사를 하는 데 소요되는 시간의 경우 20분이 가장 많았으며, 다음으로 10분, 30분 순이었다. 남성의 경우 20분 다음으로 10분 정도 소요된다는 응답이 많았으나, 여성의 경우는 20분 다음으로 식사시간에 30분 정도 소요된다는 응답이 높게 나타나 남성 노인이 여성 노인보다 식사 시간이 짧은 것으로 나타났으며, 남·녀 간에 유의적인 차이는 나타나지 않았다. 편식 정도에 대한 응답에서는 78.15%가 가리는 음식이 없다고 응답하였으며, 성별에 따른 유의적인 차이는 나타나지 않았다. 편식을 하는 이유에 대해서는 남·녀 노인 모두 아무 이유가 없다는 가장 많았으며, 이 외에도 체질적인 이유(34.62%)나 건강상의 문제(19.23%) 등으로 인하여 편식을 한다고 응답했다.

선호하는 간식에 대한 응답에 대해 조사한 결과는 Table 4와 같으며, 선호하는 간식에 대하여 남·녀별 유의적 차이는 없었고, 60.50%가 과일을 가장 선호하였으며, 다음으로 떡류(16.81%), 빵류(9.24%) 순이었다. 노인정 노인을 대상으로 한 조사에서도 69.3%가 간식으로 과일을 선호하는 것으로 나타나 본 연구결과와 일치하였다(Park et al., 2011). 간식의 섭취횟수에 대한 응답에서는 전체 응답자 중 52.94%가 하루에 한 번 정도 간식을 섭취한다고 응답하였으며, 남·녀별 유의한 차이는 나타나지 않았다.

희망하는 식생활에 대한 결과는 Table 5와 같으며, 가장

Table 3. Eating habits of the subject

Variables		Criteria	Male (n=49)	Female (n=70)	Total (n=119)	χ^2	n (%)
Number of meals	Once		0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	0.614	
	Twice		3(6.12)	7(10.00)	10(8.40)		
	3 times		45(91.84)	62(88.57)	107(89.92)		
	4 times		1(2.04)	1(1.43)	2(1.68)		
	5 more times		0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)		
Hungry to eat	Breakfast		0(0.00)	6(85.71)	6(60.00)	11.077*	
	Lunch		2(66.67)	1(14.29)	3(30.00)		
	Dinner		1(33.33)	0(0.00)	1(10.00)		
Reasons to feed hungry	Have no appetite		1(33.33)	4(57.14)	5(50.00)	3.553	
	Indigestible		2(66.67)	1(14.29)	3(30.00)		
	Have many worries		0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)		
	Others		0(0.00)	2(28.57)	2(20.00)		
Why the meal doesn't taste reason	Tooth is not good		1(100.00)	2(50.00)	3(60.00)	0.849	
	Side dish not fit in the mouth		0(0.00)	1(25.00)	1(20.00)		
	It's hard to swallow		0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)		
	Because our body disease		0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)		
	Others		0(0.00)	1(25.00)	1(20.00)		
Undigested food	Meat		1(50.00)	1(100.00)	2(66.67)	2.391	
	Seafood		0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)		
	Vegetables		0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)		
	Daily products		1(50.00)	0(0.00)	1(33.33)		
	Others		0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)		
The most delicious meal or the day	Breakfast		6(12.24)	3(4.29)	9(7.56)	2.697	
	Lunch		31(63.27)	50(71.43)	81(68.07)		
	Dinner		12(24.49)	17(24.28)	29(24.37)		
The form of your favorite breakfast	Rice		46(93.88)	61(87.14)	107(89.92)	2.680	
	Porridge		1(2.04)	3(4.29)	4(3.36)		
	Bread		2(4.08)	3(4.29)	5(4.20)		
	Raw food		0(0.00)	1(1.43)	1(0.84)		
	Others		0(0.00)	2(2.86)	2(1.68)		
A meal time	10 min		16(32.65)	17(24.29)	33(27.73)	2.362	
	20 min		24(48.98)	34(48.57)	58(48.74)		
	30 min		8(16.33)	17(24.29)	25(21.01)		
	40 min		1(2.04)	1(1.43)	2(1.68)		
	More than 50 min		0(0.00)	1(1.43)	1(0.84)		
About a balanced diet	That easy to please		39(79.59)	54(77.14)	93(78.15)	0.582	
	So-so		7(14.29)	9(12.86)	16(13.45)		
	Food a lot of those days		3(6.12)	7(10.00)	10(8.40)		
The reason why such a picky eater	Religious reason		0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	0.048	
	Constitutionally		4(36.36)	5(33.33)	9(34.62)		
	Particular experience		0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)		
	For reason of health		2(18.18)	3(20.00)	5(19.23)		
	That no special reason		5(45.46)	7(46.67)	12(46.15)		

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

희망하는 식생활 형태는 채소류 위주의 식사(51.26%)이며, 다음으로 채소와 육류가 균형을 이룬 식사(20.17%), 반찬 가짓수를 줄인 간단한 식사(15.97%) 순으로 나타났다. Ahn (2000)의 서울지역 노인을 대상으로 한 연구결과에서도 59.5%가 채소류 위주의 식사를 가장 선호하여 본 연구

결과와 일치하였다.

조사대상자의 식성

선호하는 맛에 대한 결과는 Table 6와 같다. 구수한맛 (40.34%)을 가장 선호하였으며, 다음으로 단맛(35.29%), 짠

맛(10.92%), 신맛·매운맛(5.88%), 쓴맛(1.68%) 순으로 나타났다. 성별로 보면 남성이 가장 선호하는 맛은 구수한 맛(48.98%), 단맛(28.57%), 매운맛(10.20%) 순이었다. 여성은 단맛(40.00%), 구수한 맛(34.29%), 짠맛(15.71%) 순이었으나, 남·녀 간에 유의적인 차이는 나타나지 않았다. 선호하는 반찬의 간 정도에 대한 응답에서 과반수이상인 보통(52.94%) 정도를 가장 선호하였고, 다음으로 약간 덜 짜게(24.37%), 약간 짜게(20.17%) 순으로 나타났으며, 성별에 따른 유의적인 차이는 나타나지 않았다. 선호하는 단맛

정도에 대한 응답에서 40.34%의 응답자가 보통 정도를 가장 선호하였으며, 다음으로 약간 덜 달게(20.17%), 달지않게(16.81%) 순이었다. 성별로 보았을 때 유의적 차이는 나타나지 않았지만 남성의 경우는 보통(46.94%), 약간 덜 달게(26.53%), 달지 않게(8.16%)순이었으며, 여성의 경우는 보통 다음으로 달지 않게(22.86%), 조금 덜 달게(15.71%) 순으로 남성 보다 여성이 달지 않는 것을 선호하는 것으로 나타났다. Kwak et al.(2013)의 서울·경기지역 노인을 대상으로 한 연구에서 노인 소비자가 요구하는 맛에 대해 분

Table 4. Snack preference of the subject

Variables		Criteria	Male (n=49)	Female (n=70)	Total (n=119)	χ^2
Favorite snack	Fruits		32(65.31)	40(57.14)	72(60.50)	5.712
	Confectionery		2(4.08)	4(5.71)	6(5.04)	
	Rice cakes		6(12.24)	14(20.00)	20(16.81)	
	Breads		7(14.29)	4(5.71)	11(9.24)	
	Drinks		1(2.04)	3(4.29)	4(3.36)	
	Other		1(2.04)	5(7.14)	6(5.04)	
	Frequency of snack	More than three times a day		3(6.12)	4(5.71)	
	Once a day		23(46.94)	40(57.14)	63(52.94)	
	Once or three times a week		15(30.61)	12(17.14)	27(22.69)	
	Once or twice a month		6(12.24)	8(11.43)	14(11.76)	
	Hardly eat		2(4.08)	6(8.57)	8(6.72)	

Table 5. The desired dietary form

Variables		Criteria	Male (n=49)	Female (n=70)	Total (n=119)	χ^2
Dietary form of hope	A bread mainly Western food		1(2.04)	1(1.43)	2(1.68)	4.578
	Meal of vegetables center		20(40.82)	41(58.57)	61(51.26)	
	Meal of animal food center		8(16.33)	5(7.14)	13(10.92)	
	Reduce the number of side dishes about meals		9(18.37)	10(14.29)	19(15.97)	
	Diet that has made the balance of vegetables and meat		11(22.45)	13(18.57)	24(20.17)	
	Others		0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	

Table 6. Favorite tastes of the subject

Variables		Criteria	Male (n=49)	Female (n=70)	Total (n=119)	χ^2
Favorite taste	Sweet taste		14(28.57)	28(40.00)	42(35.29)	8.897
	Salty taste		2(4.08)	11(15.71)	13(10.92)	
	Sour taste		3(6.12)	4(5.71)	7(5.88)	
	Bitter taste		1(2.04)	1(1.43)	2(1.68)	
	Spicy		5(10.20)	2(2.86)	7(5.88)	
	Delicate taste		24(48.98)	24(34.29)	48(40.34)	
About preferred salty side dishes	Bland		0(0.00)	3(4.29)	3(2.52)	3.165
	Little bland		14(28.57)	15(21.43)	29(24.37)	
	Normal		24(49.98)	39(55.71)	63(52.94)	
	A bit salty		11(22.45)	13(18.57)	24(20.17)	
	Very salty		0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	
About preferred sweet	Sweet not		4(8.16)	16(22.86)	20(16.81)	7.096
	Less sweet		13(26.53)	11(15.71)	24(20.17)	
	Normal		23(46.94)	25(35.71)	48(40.34)	
	To be a little bit sweeter		8(16.33)	15(21.43)	23(19.33)	
	Very sweet		1(2.04)	3(4.29)	4(3.36)	

석한 결과 짜지 않은 식품과 달지 않은 식품의 요구도를 보였는데, 본 연구결과에서도 이와 같은 경향이 나타났다. 그러나 노인의 경우 간이 센 식품을 선호하지 않는다고 응답했지만, 실제로는 젊은 사람들과 비교 시 더 높은 농도의 맛을 선호하였다. 이런 결과는 노인 스스로가 적당하다고 느끼는 맛 농도와 실제 적절한 농도와의 차이로 인한 것으로 이는 건강에 관심이 높은 현대 노인이 건강하게 식품을 소비하고자 하는 욕구가 답변에 반영된 것으로 생각된다고 하였다.

식품(음식) 및 조리법에 대한 기호도

전북 전주지역 노인들의 주식에 대한 기호도는 Table 7과 같다. 주식 중 밥류는 남·녀 노인 모두 잡곡밥(43.70%)을 가장 선호하였으며, 그 외의 밥류에 대하여 남자는 콩밥(22.45%), 쌀밥(20.41%)을 여자는 쌀밥(27.14%), 보리밥(8.57%) 순으로 선호하는 밥류에 대하여 남·녀 간에 유의적인 차이를 나타내었다($p<0.05$). 잡곡밥에 대한 선호도는 한국노인을 대상으로 한 연구결과와 일치하며(Ahn, 2000),

잡곡류에 대해 선호도가 높은 이유는 건강을 중시하면서 더불어 잡곡에 함유된 건강에 유용한 성분들에 대한 관심 증가가 부분적으로 관련된 것으로 보인다(Choe et al., 2006). 즉, 백미에서 부족한 비타민이나 무기질 등을 다른 곡물이나 두류를 통해 얻을 수 있기 때문이다(Lim, 2013). 밥의 된 정도에 대해서는 남·녀 모두 보통(62.18%) 정도를 선호하였으며, 다음이 약간 진밥(15.13%), 약간 된밥(13.45%) 순이었다. 면류는 남·녀 모두 칼국수(28.57%)를 가장 선호하였으며, 남자의 경우 밀국수(18.37%), 중국식 면류(16.33%), 여자의 경우 중국식 면류(15.71%), 밀국수(12.86%) 순으로 남·녀 간에 유의적인 차이를 나타내었다($p<0.05$). 죽의 선호도는 남·녀 모두 전복죽(33.62%), 팔죽(18.49%), 호박죽(14.29%) 순으로 선호하였다. 성별로 보았을 때, 남·녀 간에 유의적인 차이를 나타내었는데, 남성의 경우 전복죽(34.69%), 팔죽(16.33%), 호박죽(14.29%), 녹두죽(12.25%) 순으로, 여성의 경우는 전복죽(32.86%), 팔죽(20.00%), 호박죽(14.29%), 야채죽(7.14%) 순으로 선호하였다.

Table 7. Main dish preference of the subject

n (%)

Variables	Criteria	Male (n=49)	Female (n=70)	Total (n=119)	χ^2
Favorite rice	Multi-grain rice	19(38.78)	33(47.15)	52(43.70)	12.522*
	Boiled rice	10(20.41)	19(27.14)	29(24.37)	
	Rice with beans	11(22.45)	5(7.14)	16(13.45)	
	Brown rice	8(16.32)	5(7.14)	13(10.92)	
	Barley rice	0(0.00)	6(8.57)	6(5.04)	
	Rice cooked together with red-beans	1(2.04)	2(2.86)	3(2.52)	
	Other	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	
Favorite state of rice	Soft boiled rice	2(4.08)	6(8.57)	8(6.72)	11.171*
	A little soft-boiled rice	3(6.12)	15(21.43)	18(15.13)	
	Ordinary	31(63.27)	43(61.43)	74(62.18)	
	A little hard boiled rice	11(22.45)	5(7.14)	16(13.45)	
	Hard boiled rice	2(4.08)	1(1.43)	3(2.52)	
Favorite noodle	Wheat vermicelli	9(18.37)	9(12.86)	18(15.13)	17.331*
	Buckwheat noodles	6(12.24)	8(11.43)	14(11.77)	
	<i>Kalguksu</i>	10(20.41)	24(34.29)	34(28.57)	
	<i>Bibmiguksu</i>	7(14.29)	2(2.86)	9(7.56)	
	<i>Naengmyeon</i>	3(6.12)	0(0.00)	3(2.52)	
	Dumpling	2(4.08)	2(2.86)	4(3.36)	
	<i>Sujebi</i>	3(6.12)	4(5.72)	7(5.88)	
	Chinese noodles	8(16.33)	11(15.71)	19(15.97)	
	Udon	1(2.04)	2(2.86)	3(2.52)	
	Other	0(0.00)	8(11.43)	8(6.72)	
Favorite of porridge	Rice congee	5(10.20)	2(2.86)	7(5.88)	12.203*
	Pine-nut porridge	5(10.20)	4(5.71)	9(7.56)	
	Abalone rice porridge	17(34.69)	23(32.86)	40(33.62)	
	Mung-bean rice porridge	6(12.25)	4(5.71)	10(8.40)	
	Red-bean porridge	8(16.33)	14(20.00)	22(18.49)	
	Pumpkin porridge	7(14.29)	10(14.29)	17(14.29)	
	Vegetable rice porridge	1(2.04)	5(7.14)	6(5.04)	
	Other	0(0.00)	8(11.43)	8(6.72)	

국 및 찌개의 선호도에 대해서는 Table 8과 같다. 선호하는 국에 대한 응답에서 전체 응답자 중 47.06%가 된장찌개를 가장 선호한다고 응답하였으며, 다음으로 고깃국(11.77%), 미역국(10.09%) 순이었다. 식사 시 국의 필요도에 대한 응답에서 남·녀 노인 간에 유의적 차이를 나타내었는데($p<0.001$), 남성의 경우 매 끼 필요하다(57.14%)는 응답이 가장 많았으나, 여성은 이와 반대로 있어도·없어도 상관없다는 응답이 40.00%로 나타났다. 이것은 전반적으로 여성보다 남성이 식사 시 국의 필요도가 더 높은 것으로 나타났다. 한편 찌개류에 대한 선호도에서 국에서와 마찬가지로 된장찌개(26.05%)를 가장 좋아하였으며, 다음으로 김치찌개(23.53%), 생선찌개(21.01%)를 선호하여 성별에 따른 유의적인 차이는 나타나지 않았다. 인천광역시 노인들을 대상으로 국과 찌개에 대한 선호도 조사 결과에서도 된장국과 된장찌개를 선호한다는 응답이 가장 많았으며, 이는 일상생활에서 쉽게 섭취가 가능하며, 자주 접하게 되는 데서 기인되는 것으로 생각된다고 하였다(Choe et al., 2006).

선호하는 육류 및 육류 조리법에 대한 기호도는 Table 9과 같다. 선호하는 육류에 대하여 돼지고기(35.29%)를 선호한다는 응답자가 가장 많았으며, 다음으로 소고기(31.81%), 오리고기(15.13%) 순이었다. Ahn (2000)과 Lim et al. (2003)의 연구에서 대부분의 노인들은 소고기를 가장 선호한다는 결과가 나타났으나, 본 연구에서는 이와 다르게 돼지고기의 선호도가 더 높았다. 그 이유로 쇠고기는 대상자의 소득대비 가격이 높기 때문에 이보다 저렴하여 자주 접하는 돼지고기를 선호한 것으로 보인다. 선호하는 육류에

대하여 남·녀 간에 유의적 차이를 나타내었는데($p<0.01$), 남성의 경우 돼지고기(34.69%)를 가장 선호하였으며, 다음으로 오리고기(30.61%), 쇠고기(20.41%) 순이었다. 여성의 경우는 쇠고기(40.00%), 돼지고기(35.71%), 먹지않음(14.29%) 순으로 여성이 고기를 먹지 않는다는 응답률이 높아 여성이 남성보다 육류의 선호도가 낮은 것으로 나타났다. 육류의 섭취횟수에서 전체 응답자 중 50.42%가 일주일에 1-3번 정도 육류를 섭취한다고 응답하였다. 다음으로 한 달에 한두 번 정도(31.93%), 거의 먹지 않음(15.13%) 순이었으며, 남·녀 간에 유의적인 차이는 나타나지 않았다. 육류 섭취 횟수에 대하여 남성이 여성보다 육류 섭취횟수가 더 많은 것으로 나타났는데, 대구지역 노인을 대상으로 육류 섭취횟수에 대하여 조사한 연구결과에서도 여성보다 남성의 육류 섭취횟수가 더 많다고 응답하여 본 연구결과와 일치하였다(Kim, 2010). 다음으로 각 육류에 따른 선호하는 조리법에 대하여 소고기의 경우 남·녀 모두 국(40.34%)을 가장 선호한다고 응답하였으며, 먹지않음의 비율이 여성 노인이 남성노인에 비해 유의적으로 높은 비율을 차지하였다($p<0.01$). 이는 육류 선호도 조사 결과에서 육류를 먹지 않는다는 응답과 관련이 있는 것으로 생각된다. 돼지고기 조리법의 경우는 남·녀 구별 유의한 차이 없이 찌개(45.38%)를 가장 선호한다고 응답하였으며, 먹지않음의 비율은 소고기 조리법의 결과와 마찬가지로 여성노인이 남성노인보다 높은 비율을 차지하였다. 닭고기 조리법의 경우는 남·녀간 유의적 차이를 나타내었는데($p<0.01$), 남성의 경우는 삼계탕(48.98%), 구이(22.45%), 튀김(10.20%) 순으로 선호하였으나, 여성은 먹지않음(25.71%)이 가장 높았고, 먹을

Table 8. Soup and stew preference of the subject

n (%)

Variables	Criteria	Male (n=49)	Female (n=70)	Total (n=119)	χ^2
Favorite soup	Beef soup	6(12.25)	8(11.43)	14(11.77)	16.548*
	Bean paste soup	23(46.94)	33(47.14)	56(47.06)	
	Sea mustard soup	2(4.08)	10(14.28)	12(10.09)	
	Dried pollack soup	3(6.12)	2(2.86)	5(4.20)	
	Vegetable soup	4(8.16)	4(5.71)	8(6.72)	
	Beef bone soup	6(12.25)	2(2.86)	8(6.72)	
	Spicy beef soup	1(2.04)	2(2.86)	3(2.52)	
	Kimchi soup	4(8.16)	1(1.43)	5(4.20)	
	Other	0(0.00)	8(11.43)	8(6.72)	
	Need of soup	Every meal	28(57.14)	25(35.72)	
Once or twice a meal		13(26.53)	13(18.57)	26(21.85)	
Have nothing to go with		8(16.33)	28(40.00)	36(30.25)	
No need to		0(0.00)	4(5.71)	4(3.36)	
Favorite stew	Kimchi stew	11(22.45)	17(24.29)	28(23.53)	7.800
	Soft tofu stew	6(12.24)	2(2.86)	8(6.72)	
	Bean paste stew	14(28.57)	17(24.29)	31(26.05)	
	Rice soybean paste stew	9(18.37)	13(18.57)	22(18.49)	
	Fish stew	9(18.37)	16(22.85)	25(21.01)	
	Other	0(0.00)	5(7.14)	5(4.20)	

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

Table 9. Meat preference of the subject

Variables		Criteria	Male (n=49)	Female (n=70)	Total (n=119)	n (%)
						χ^2
Favorite meat		Beef	10(20.41)	28(40.00)	38(31.94)	18.696**
		Pork	17(34.69)	25(35.71)	42(35.29)	
		Chicken	4(8.17)	4(5.71)	8(6.72)	
		Duck meat	15(30.61)	3(4.29)	18(15.13)	
		Uneaten	3(6.12)	10(14.29)	13(10.92)	
		Other	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	
Frequency of meat consumption		Every meal	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	7.492
		Once a day	2(4.08)	1(1.43)	3(2.52)	
		Once or three times a week	30(61.23)	30(42.85)	60(50.42)	
		Once or twice a month	14(28.57)	24(34.29)	38(31.93)	
		Hardly eat	3(6.12)	15(21.43)	18(15.13)	
Favorite beef recipe		Soup	17(34.69)	31(44.29)	48(40.34)	19.648**
		<i>Jeongol</i>	7(14.29)	8(11.43)	12(10.08)	
		Meat roasted with seasoning	13(26.53)	12(17.14)	25(21.01)	
		Pancake	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	
		Steamed dish	1(2.04)	1(1.43)	2(1.68)	
		Beef boiled down in soy sauce (<i>Jangjorim</i>)	6(12.25)	8(11.43)	14(11.77)	
		Boiled beef slices	5(10.20)	0(0.00)	5(4.20)	
		Slice of boiled meat	0(0.00)	1(1.43)	1(0.84)	
		Uneaten	0(0.00)	9(12.85)	12(10.08)	
	Other	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)		
Favorite pork recipe		Stew	24(48.98)	30(42.86)	54(45.38)	9.968
		Meat roasted with seasoning	13(26.54)	17(24.29)	30(25.21)	
		Fried dish	1(2.04)	0(0.00)	1(0.84)	
		Steamed dish	2(4.08)	0(0.00)	2(1.68)	
		Pig's feet	4(8.16)	6(8.57)	10(8.40)	
		Boiled beef slices	4(8.16)	6(8.57)	10(8.40)	
		Slice of boiled meat	0(0.00)	1(1.43)	1(0.84)	
		Uneaten	0(0.00)	7(10.00)	7(5.89)	
	Other	1(2.04)	3(4.28)	4(3.36)		
Favorite chicken recipe		Soup	2(4.09)	2(2.86)	4(3.36)	17.198**
		Fried dish	5(10.20)	16(22.86)	21(17.65)	
		Chicken soup with ginseng	24(48.98)	15(21.43)	39(32.77)	
		Meat roasted with seasoning	1(2.04)	2(2.86)	3(2.52)	
		Steamed dish	3(6.12)	2(2.86)	5(4.20)	
		Stir-fry dishes	11(22.45)	14(20.00)	25(21.01)	
		Fried chicken in sweet and chili sauce	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	
		Uneaten	3(6.12)	18(25.71)	21(17.65)	
		Other	0(0.00)	0(1.42)	1(0.84)	

** $p < 0.01$

경우 튀김(22.86%)을 가장 선호하였고, 다음으로 삼계탕(21.43%), 구이(20.00%) 순으로 선호하였다.

대상자들의 생선류에 대한 기호도는 Table 10과 같다. 대부분 조기(39.50%)와 갈치(31.94%)를 선호하였으며, 성별에 따른 유의적인 차이는 나타나지 않았다. 생선의 섭취 빈도는 대부분이 일주일에 한 두 번 정도(48.74%) 섭취한다고 응답하였다. 선호하는 생선의 조리법에 대해서는 성별에 따른 차이는 없었으며, 구이(47.06%)를 가장 선호하였고, 전을 가장 싫어하였다. 전반적으로 보았을 때, 여성

의 경우는 구이 등의 건식조리법에 대한 선호도가 높은 반면, 남성의 경우는 구이 외에 생선조림, 생선국 등 습식조리법에 대한 선호도가 높은 것으로 나타났다. 선호 생선 및 섭취빈도, 조리법에 대한 본 연구결과는 국내 성인을 대상으로 한 연구결과와도 비슷한 경향을 나타내어(Jeong & Lim, 2004), 이에 대한 기호도가 연령에 따라 크게 다르지 않다는 점을 알 수 있다. 해산물류는 낙지(24.37%), 전복(23.53%), 게(14.29%) 순으로 선호하였으며, 성별에 따라서 남자의 경우 전복(32.65%), 낙지(30.61%), 새우

Table 10. Fish preference of the subject

Variables	Criteria	Male (n=49)	Female (n=70)	Total (n=119)	χ^2	n (%)
Favorite fish	Yellow corbina	21(42.86)	26(37.14)	47(39.50)	16.978	
	Hairtail	13(26.53)	25(35.71)	38(31.94)		
	Croaker	1(2.04)	0(0.00)	1(0.84)		
	Cod	2(4.08)	1(1.43)	3(2.52)		
	Frozen pollack	4(8.17)	4(5.71)	8(6.72)		
	Salmon	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)		
	Japanese panish mackerel	1(2.04)	0(0.00)	1(0.84)		
	Mackerel	5(10.20)	3(4.29)	8(6.72)		
	Pacific saury	0(0.00)	1(1.43)	1(0.84)		
	Herring	1(2.04)	0(0.00)	1(0.84)		
	Flatfish	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)		
	Sea bream	0(0.00)	1(1.43)	1(0.84)		
	Halibut	0(0.00)	1(1.43)	1(0.84)		
	Rockfish	1(2.04)	0(0.00)	1(0.84)		
	Other	0(0.00)	8(11.43)	8(6.72)		
Frequency of fish consumption	Every meal	0(0.00)	1(1.43)	1(0.84)	6.342	
	Once a day	7(14.29)	8(11.43)	15(12.61)		
	Once or three times a week	28(57.14)	30(42.86)	58(48.74)		
	Once or twice a month	13(26.53)	22(31.43)	35(29.41)		
	Hardly eat	1(2.04)	9(12.85)	10(8.40)		
Favorite fish recipe	Baked fish	18(36.74)	38(54.29)	56(47.06)	8.225	
	Boiled fish	15(30.61)	13(18.57)	28(23.53)		
	Steamed dish	4(8.16)	2(2.86)	6(5.04)		
	Soup	8(16.33)	10(14.28)	18(15.13)		
	Pancake	1(2.04)	0(0.00)	1(0.84)		
	Sashimi	3(6.12)	5(7.14)	8(6.72)		
	Other	0(0.00)	2(2.86)	2(1.68)		
Favorite seafood	Small octopus	15(30.61)	14(20.00)	29(24.37)	20.602**	
	Squid	3(6.12)	5(7.14)	8(6.72)		
	Abalone	16(32.65)	12(17.14)	28(23.53)		
	Oyster	4(8.17)	8(11.43)	12(10.09)		
	Clam	4(8.17)	4(5.71)	8(6.72)		
	Crab	2(4.08)	15(21.43)	17(14.29)		
	Shrimp	5(10.20)	2(2.86)	7(5.88)		
	Other	0(0.00)	10(14.29)	10(8.40)		

** $p < 0.01$

(10.20%) 순이었으며, 여성의 경우 계(21.43%), 낙지(20.00%), 전복(17.14%)을 선호하여, 해산물류의 기호도에 대하여 남·녀 간에 유의적인 차이를 나타내었다($p < 0.01$).

해조류의 선호도에 대한 결과는 Table 11과 같다. 전체 응답자 중 과반수 이상이 김(59.67%)을 가장 선호하였다. 다음으로 미역(25.21%), 다시마(7.56%) 순으로 선호하였으며, 남·녀 간에 유의적인 차이는 나타나지 않았다. 바다와 인접하여 해조류가 생산되는 부산, 여수, 속초지역 성인을 대상으로 선호하는 해조류에 대한 연구 결과에서 김을 가장 선호하였으며, 해조류에 대한 기호도가 나이에 따라 크게 다르지 않음을 알 수 있다(Hwang et al., 2010). 해조류의 섭취횟수는 일주일에 1-3번 정도(47.06%)가 가장 많았으며, 다음으로 한 달에 한두 번(21.01%), 하루에 한 번

(16.81%) 순이었으며, 성별로 보았을 때, 남·녀 모두 유사한 경향을 보여 유의적인 차이는 나타나지 않았다. 선호하는 해조류의 조리법에 대한 응답에서는 많은 응답자가 구이(29.41%)를 가장 선호하였으며, 다음으로 국(24.37%), 무침(16.81%), 회(15.97%) 순으로 나타났다. 성별로 봤을 때 남성의 경우 무침(26.53%), 구이(22.45%), 회(20.41%) 순으로 선호하였으며, 여성의 경우는 구이(34.28%), 국(28.57%), 회(12.86%) 순으로 나타나 남·녀 간에 유의적인 차이가 나타났다($p < 0.05$).

알류의 선호도는 Table 12과 같이 남·녀 상관없이 과반수 이상이 달걀(75.63%)을 선호한다고 응답하였다. 이 외에 오리알(2.52%)이나 메추리알(5.71%)에 대한 선호도는 낮은 경향을 보였다. 알류를 먹지 않는다는 비율은 14.29% 이

Table 11. Eggs preference of the subject

Variables	Criteria	Male (n=49)	Female (n=70)	Total (n=119)	χ^2	n (%)
Favorite eggs	Egg	42(85.72)	48(68.57)	90(75.63)	8.063	
	Duck egg	0(0.00)	3(4.29)	3(2.52)		
	Quail egg	4(8.16)	4(5.71)	8(6.72)		
	Other	0(0.00)	1(1.43)	1(0.84)		
	Not eat	3(6.12)	14(20.00)	17(14.29)		

Table 12. Vegetable and vegetable cooking method preference of the subject

Variables	Criteria	Male (n=49)	Female (n=70)	Total (n=119)	χ^2	n (%)
Favorite vegetable	Spinach	12(24.49)	15(21.42)	27(22.69)	16.097	
	Carrot	1(2.04)	2(2.86)	3(2.52)		
	Green chilli	1(2.04)	4(5.71)	5(4.20)		
	Young radish	6(12.24)	1(1.43)	7(5.88)		
	Lettuce	15(30.61)	22(31.43)	37(31.09)		
	Pumpkin	3(6.13)	1(1.43)	4(3.36)		
	Chinese cabbage	3(6.13)	8(11.43)	11(9.25)		
	Cucumber	1(2.04)	0(0.00)	1(0.84)		
	Perilla leaf	1(2.04)	1(1.43)	2(1.68)		
	A crown daisy	1(2.04)	2(2.86)	3(2.52)		
	Bean sprouts	2(4.08)	6(8.57)	8(6.73)		
	Radish	0(0.00)	1(1.43)	1(0.84)		
	Balloon flower	0(0.00)	2(2.86)	2(1.68)		
	Onion	1(2.04)	0(0.00)	1(0.84)		
	Mung bean sprouts	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)		
	Eggplant	1(2.04)	2(2.86)	3(2.52)		
	Other	1(2.04)	3(4.28)	4(3.36)		
Frequency of vegetable consumption	Every meal	14(28.57)	28(40.00)	42(35.29)	5.318	
	Once a day	13(26.53)	13(18.57)	26(21.85)		
	Once or three times a week	22(44.90)	25(35.72)	47(39.50)		
	Once or twice a month	0(0.00)	4(5.71)	4(3.36)		
	Hardly eat	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)		
Favorite vegetable recipe	Raw vegetable	17(34.69)	25(35.71)	42(35.29)	8.719	
	Salad	5(10.21)	5(7.14)	10(8.40)		
	Namul	23(46.94)	31(44.29)	54(45.38)		
	Stir-fry dishes	3(6.12)	0(0.00)	3(2.52)		
	Pancake	0(0.00)	1(1.43)	1(0.84)		
	Other	1(2.04)	8(11.43)	9(7.57)		

었으며, 실제로 한국노인을 대상으로 알류에 대한 선호도 결과에서도 달걀의 기호도가 가장 높고, 다른 알류에 대해서는 선호도가 낮아 본 연구결과와 일치하였다(Ahn, 2000). 달걀의 선호도가 다른 알류보다 높은 이유는 평소 자주 섭취하기 때문에 익숙하여 기호도가 높은 것으로 생각된다.

채소류의 선호도는 Table 13과 같으며, 전체 응답자 중 31.09%가 상추를 가장 선호한다고 하였다. 다음으로 시금치(22.69%), 배추(9.25%) 순이었다. 성별에 따라서는 상추와 시금치를 제외하고 남성의 경우는 열무(12.24%), 호박(6.13%), 배추(6.13%)를 선호하였으며, 여성은 배추(11.43%), 풋고추(5.71%) 순이었다. 채소의 섭취 횟수에 대한 응답에서는 일주일에 1-3번 정도(39.50%), 매 끼니때마다(35.29%)

순이었으며, 남성보다 여성의 채소 섭취빈도가 더 높은 것을 알 수 있다. 대구지역 노인을 대상으로한 채소 섭취횟수에 대한 응답에서는 하루에 3번 44.0%, 일주일에 5-6회 24.5%의 결과가 나타났으며, 이와 비교하였을 때, 본 연구 대상자의 경우 대구지역 노인보다 채소 섭취량이 낮다는 것을 알 수 있다(Kim, 2010). 선호하는 채소의 조리방법은 전체 응답자 중 45.38%가 나물을 가장 선호하였다. 다음으로 조리를 하지 않은 생채소의 상태로 섭취(35.29%)하는 것을 선호하였으며, 남·녀 간에 유의적 차이는 나타나지 않았다.

나물의 선호도는 Table 14과 같았다. 시금치나물(31.09%)을 가장 선호하였으며, 다음으로 배추나물(10.08%), 깻잎·썩갓나물(7.56%) 순이었다. 성별로 보았을 때 남성의 경우

Table 13. Namul and raw vegetable preference of the subject

Variables	Criteria	Male (n=49)	Female (n=70)	Total (n=119)	n (%)
Favorite namul	Spinach	16(32.65)	21(30.00)	37(31.09)	19.476
	Pepper leaves	3(6.12)	3(4.29)	6(5.04)	
	Pumpkin	3(6.12)	2(2.86)	5(4.20)	
	Chinese cabbage	7(14.29)	5(7.14)	12(10.08)	
	Cucumber	0(0.00)	6(8.57)	6(5.04)	
	Perilla leaf	2(4.08)	7(10.00)	9(7.56)	
	Crown daisy	5(10.20)	4(5.71)	9(7.56)	
	Bean sprouts	3(6.12)	5(7.14)	8(6.72)	
	Radish	1(2.04)	1(1.43)	2(1.68)	
	Balloon flower	7(14.29)	2(2.86)	9(7.56)	
	Bean sprouts	0(0.00)	1(1.43)	1(0.84)	
	Eggplant	1(2.04)	4(5.71)	5(4.20)	
	Other	1(2.04)	9(12.86)	10(8.40)	
	Favorite raw vegetable	Shredded daikon	19(38.78)	33(47.14)	
Broad bellflower roots		14(28.57)	5(7.14)	19(15.97)	
Cut cucumbers		15(30.61)	18(25.71)	33(27.73)	
Gyeojachae		0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	
Chinese naegchae		1(2.04)	1(1.43)	2(1.68)	
Salad		0(0.00)	7(10.00)	7(5.88)	
Other		0(0.00)	6(8.57)	6(5.04)	

* $p<0.01$

시금치나물(32.65%), 배추나물(14.29%), 도라지나물(14.29%) 등을 선호하였으며, 여성의 경우 시금치나물(30.00%), 깻잎나물(10.00%), 오이나물을 선호하였으나, 유의적인 차이는 나타나지 않았다. 생채·냉채의 선호도는 무생채(43.70%), 오이냉채(27.73%), 도라지생채(15.97%) 순으로 선호하였으며, 남성의 경우 무생채 다음으로 오이냉채를 선호한 반면, 여성의 경우 무생채 다음으로 도라지생채를 선호하여 남·녀간에 유의적인 차이를 나타내었다($p<0.01$).

장아찌 및 젓갈에 대한 선호도 조사 결과는 Table 15와 같다. 장아찌의 경우 깻잎장아찌를 가장 선호하였으며, 다음으로 마늘장아찌(22.69%), 무장아찌(10.92%)를 선호하였다. 남성의 경우 마늘장아찌를 가장 선호하였으며, 여성은 깻잎장아찌를 가장 선호하였다. 서울지역 노인들을 대상으로 한 연구들에서도(Jo & Lee, 1994; Ahn, 2000)에서도 남성의 경우 마늘장아찌, 깻잎장아찌를 선호하였으며, 여성의 경우 깻잎장아찌, 마늘장아찌 순으로 선호하여 본 연구 결과와 일치하였다.

장아찌·젓갈 섭취 빈도에 대한 응답에서 42.86%의 응답자가 일주일에 1-3번 정도 장아찌를 섭취한다고 응답하였으며, 다음으로 한 달에 한번(32.77%), 거의 먹지 않는다(15.13%) 순으로 나타났다. 성별로 보았을 때 남성이 여성보다 장아찌·젓갈 섭취횟수가 더 높게 나타났으며, 이는 남성 노인이 여성 노인보다 맵고 짠 음식을 더 즐기기 때문에 이와 같은 결과가 나타났다고 생각된다(Kim, 2010).

전·부침류에 대한 결과는 Table 16과 같았다. 선호하는 전의 경우 전체 응답자 중 25.21%가 생선전을 가장 선호한

다고 응답하였으며, 다음으로 파전(16.81%), 부추전(10.08%) 순으로 선호하였다. 남성의 경우 생선전 다음으로 파전(16.33%), 고기전(12.25%), 굴·버섯전(10.20%) 순으로 선호하였으며, 여성의 경우 생선전 이외에 파전, 부추전, 굴전·김치전·깻잎전(5.04%) 순으로 선호하였다. 부침류의 경우 전체 응답자 중 71.43%가 녹두전을 가장 선호한다고 응답하였으며, 남녀간에 유의적 차이는 나타나지 않았다. 빈대떡에 대한 선호도가 높은 것은 부침류 중에서 가장 익숙하며, 자주 접하기 때문에 이에 대한 기호도가 높은 것으로 생각된다. 전·부침류의 섭취횟수의 경우 한달에 한두 번 정도(41.18%) 섭취한다고 응답하였으며, 다음으로 일주일에 1-3번(27.73%), 거의 먹지않음(21.73%) 순이었다. 성별로 보았을 때, 남·녀간에 유의적인 차이가 나타났는데($p<0.01$), 남성의 경우 일주일에 1-3번 섭취한다는 응답이 가장 많았으나, 여성의 경우는 한달에 1-3번 정도 섭취한다는 응답이 높게 나타난 것으로 보아, 전·부침류 섭취의 경우 여성보다 남성이 더 높은 것으로 생각된다.

김치에 대한 선호도는 Table 17과 같으며, 전체 응답자 중 72.27%의 응답자가 배추김치를 가장 선호한다고 응답하였으며, 다음으로 총각김치·열무김치(8.40%), 갓김치(4.20%) 순이었다. 성별로 보았을 때 남성의 경우 배추김치 외에 열무김치(14.29%), 총각김치·나박김치·갓김치(4.08%) 순이었으며, 여성은 총각김치·열무김치(4.08%), 갓김치(4.20%) 순으로 선호하였다. 갓김치의 경우 타 지역의 김치 선호도 조사 결과보다 순위가 높게 나타났는데, 갓김치의 경우 전라도의 향토음식임과 동시에 여수의 특산

Table 14. Pickled vegetables and salted seafood preference of the subject

n (%)

Variables	Criteria	Male (n=49)	Female (n=70)	Total (n=119)	χ^2
Favorite pickled vegetables	Pickled perilla leaf	13(26.53)	27(38.57)	40(33.61)	10.196
	Pickled garlic	18(36.73)	9(12.86)	27(22.69)	
	Pickled chill	2(4.08)	3(4.28)	5(4.20)	
	Pickled radish	4(8.16)	9(12.86)	13(10.92)	
	Pickled stem of garlic	2(4.08)	3(4.29)	5(4.20)	
	Pickled red pepper leaf	4(8.16)	5(7.14)	9(7.56)	
	Cucumber pickled in salt	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	
	Pickled cucumber	1(2.04)	3(4.29)	4(3.36)	
	Other	5(10.20)	11(15.71)	16(13.46)	
Favorite salted seafood	Salted and fermented squid	7(14.29)	5(7.14)	12(10.09)	16.757
	Sauced intestine	3(6.12)	3(4.29)	6(5.04)	
	Pickled yellow corvina	4(8.16)	3(4.29)	7(5.88)	
	Salted branchia of cod	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	
	Salted oyster with hot pepper	2(4.08)	4(5.71)	6(5.04)	
	Salted pollack roe	9(18.37)	2(2.86)	11(9.24)	
	Salted shrimp	11(22.45)	19(27.14)	30(25.21)	
	Salted guts of gairtail	1(2.04)	4(5.71)	5(4.20)	
	Salted clams	6(12.25)	7(10.00)	13(10.93)	
	Fermented sea urchin gonad	0(0.00)	2(2.86)	2(1.68)	
Other	6(12.24)	21(30.00)	27(22.69)		
Frequency of Pickled or chopsticks	Every meal	1(2.04)	2(2.85)	3(2.52)	4.682
	Once a day	4(8.16)	4(5.71)	8(6.72)	
	Once or three times a week	26(53.06)	25(35.71)	51(42.86)	
	Once or twice a month	13(26.53)	26(37.14)	39(32.77)	
	Hardly eat	5(10.21)	13(18.57)	18(15.13)	

Table 15. Pancake and fillet preference of the subject

n (%)

Variables	Criteria	Male (n=49)	Female (n=70)	Total (n=119)	χ^2
Favorite pancake	Pan fried meat	6(12.25)	2(2.86)	8(4.73)	11.428
	Pan fried fish fillet	12(24.49)	18(25.72)	30(25.21)	
	Oyster pancake	5(10.20)	4(5.71)	9(7.57)	
	Shrimp pancake	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	
	Pan fried lotus root	0(0.00)	1(1.43)	1(0.84)	
	Leek pancake	4(8.17)	8(11.43)	12(10.08)	
	Welsh onion pancake	8(16.33)	12(17.14)	20(16.81)	
	Pumpkin pancake	3(6.12)	3(4.29)	6(5.04)	
	Kimchi pancake	2(4.08)	4(5.71)	6(5.04)	
	Sesame leaf pancake	2(4.08)	4(5.71)	6(5.04)	
	Chilli pepper pancake	2(4.08)	2(2.86)	4(3.36)	
	Mushroom pancake	5(10.20)	5(7.14)	10(8.40)	
	Other	0(0.00)	7(10.00)	7(5.88)	
Favorite fillet	Rice cake made with soy sauce	2(4.08)	3(4.29)	5(4.20)	10.051*
	Mung bean pancake	42(85.72)	43(61.43)	85(71.43)	
	Grilled wheat cake	2(4.08)	4(5.71)	6(5.04)	
	Other	3(6.12)	20(28.57)	23(19.33)	
Frequency of pancake or fillet consumption	Every meal	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	14.591**
	Once a day	3(6.12)	1(1.43)	4(3.36)	
	Once or three times a week	21(42.86)	12(17.14)	33(27.73)	
	Once or twice month	18(36.73)	31(44.29)	49(41.18)	
	Hardly eat	7(14.29)	26(37.14)	33(27.73)	

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

물이며, 전주지역의 경우 여수와 인접하여 있어 이에 영향을 받은 것으로 생각된다.

과일·과채류의 선호도 조사 결과는 Table 18과 같이 전체적으로 수박(35.30%), 감(13.45%), 복숭아(10.93%)를 선호하는 것으로 나타났다. 성별로 봤을 때 남성의 경우 사과 다음으로 복숭아(10.21%), 배·토마토(8.16%), 수박 순으로 선호하였으며, 여성은 사과(22.86%), 감(20.00%), 복숭아·귤(11.43%), 배(8.57%) 순으로 남녀 간에 유의적인 차이를 나타내었다($p<0.01$). 저작능력에 따른 한국노인의 연구결과에서 저작이 불편한 노인의 경우 과일류가 전반적으로 섭취량이 낮은 반면, 감의 경우 특히 연시나 홍시 등은 저작 불편군 고령자들이 부드러운 과일이기 때문에 선

호도가 높게 나타났으며, 사과의 경우는 소량씩 자주 먹는 과일이기 때문에 섭취량이 많은 과일이었다(Park et al., 1994). 따라서 본 연구 결과도 이와 비슷한 이유로 감의 선호도가 높게 나타나며, 사과의 경우 자주 섭취 하여 익숙하기 때문에 사과의 기호도 또한 높은 것으로 생각된다. 과일·과채류의 섭취 횟수는 하루에 한 번 정도(47.90%)가 가장 많았으며, 다음으로 일주일에 1-3번 정도(29.41%), 한달에 한 번 정도(11.77%) 순이었으며, 남·녀 간에 유의적인 차이는 나타나지 않았다.

외식에 대한 선호도

선호하는 외식에 대한 결과는 Table 19와 같으며, 응답

Table 16. Kimchi preference of the subject

n (%)

Variables	Criteria	Male (n=49)	Female (n=70)	Total (n=119)	χ^2
Favorite kimchi	Cabbage kimchi	34(69.39)	52(74.28)	86(72.27)	7.013
	Chonggak kimchi	2(4.08)	8(11.42)	10(8.40)	
	Watery kimchi made of sliced radishes	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	
	Radish water kimchi	1(2.04)	1(1.43)	2(1.68)	
	Yeolmu kimchi	7(14.29)	3(4.29)	10(8.41)	
	Slice radish kimchi	2(4.08)	1(1.43)	3(2.52)	
	Stuffed cucumber pickles	0(0.00)	1(1.43)	1(0.84)	
	Mustard kimchi	2(4.08)	3(4.29)	5(4.20)	
	Other	1(2.04)	1(1.43)	2(1.68)	
Necessary of kimchi	Positively necessary	43(87.76)	60(85.71)	103(86.56)	0.251
	Necessary or not	5(10.20)	9(12.86)	14(11.76)	
	Dispensability	1(2.04)	1(1.43)	2(1.68)	

Table 17. Fruit and vegetable preference of the subject

n (%)

Variables	Criteria	Male (n=49)	Female (n=70)	Total (n=119)	χ^2
Favorite greens and fruits	Apple	26(53.06)	16(22.86)	42(35.30)	26.710**
	Pear	4(8.16)	6(8.57)	10(8.40)	
	Persimmon	2(4.09)	14(20.00)	16(13.45)	
	Watermelon	3(6.12)	3(4.29)	6(5.04)	
	Grape	0(0.00)	5(7.14)	5(4.20)	
	Strawberry	3(6.12)	3(4.29)	6(5.04)	
	Peach	5(10.21)	8(11.43)	13(10.93)	
	Oriental melon	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	
	Tomato	4(8.16)	2(2.86)	6(5.04)	
	Mandarin	1(2.04)	8(11.43)	9(7.56)	
	Banana	1(2.04)	0(0.00)	1(0.84)	
	Melon	0(0.00)	1(1.42)	1(0.84)	
	Orange	0(0.00)	1(1.42)	1(0.84)	
	Grapefruit	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	
	Pineapple	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	
	Other	0(0.00)	3(4.29)	3(2.52)	
	Frequency of fruit consumption	More than three times a day	3(6.12)	6(8.57)	
Once a day		23(46.95)	34(48.57)	57(47.90)	
Once or three times a week		17(34.69)	18(25.71)	35(29.41)	
Once or twice a month		5(10.20)	9(12.86)	14(11.77)	
Hardly eat		1(2.04)	3(4.29)	4(3.36)	

** $p<0.01$

자 중 과반수이상인 한식(78.99%)을 선호한다고 응답하였다. 다음으로 중식(8.40%), 양식(6.72%) 순이었으며, 남녀간 유의한 차이는 없었다. 충남 연기 지역 노인 및 서울 지역 노인을 대상으로 한 조사에서도 좋아하는 외식에 대한 응답에서 과반수이상인 한식을 가장 선호하였다(Kim et al., 2007).

일주일 평균 외식횟수에 대한 응답에서는 대부분의 응답자가 한 번 이하(80.67%)라고 응답하였다. 서울지역 노인을 대상으로 한 외식횟수에 대한 응답에서도 한 달에 2-3번 38.4%, 한 달에 한 번 19.4%로 외식의 비율이 본 연구와 비슷한 경향이 나타났다(Ahn, 2000). 성인을 대상으로 월간 외식 빈도를 조사한 결과에서는 대상자의 41.1%가 월 5회 미만, 거의 하지 않는다 32.6%, 5-10회 15.6%, 10회 이상 10.8%로 노인보다 외식횟수의 빈도가 높게 나타났다. 즉, 연령이 증가할수록 외식 빈도가 감소하는 경향을 나타냈다(Kim et al., 2007).

외식 음식에 대한 선호도는 Table 20과 같이 한식의 경우 갈비구이(19.33%)를 가장 선호하였으며, 다음으로 불고기(17.65%), 된장찌개(15.97%), 돌솥비빔밥·매운탕(10.92%)을 선호하였다. 성별로 보았을 때 남성의 경우는 갈비구이(24.49%)를 가장 선호하였으며, 다음으로 불고기(20.42%), 된장찌개(14.29%)를, 여성은 된장찌개(17.13%), 불고기·갈비구이(15.71%), 돌솥비빔밥·매운탕 순으로 선호하였다. 양식의 경우는 먹지않음(30.25%)의 비율이 가장 높게 나타났으며, 다음으로 돈까스(27.73%), 치킨(23.53%) 순으로 나타났다. 성별에 따라서 유의적인 차이가 나타났는데($p<0.05$), 남성의 경우는 돈까스(28.56%)를 가장 선호하였으며, 다음으로 치킨(24.49%), 스테이크·햄버거·먹지않음(14.29%) 순이었다. 그러나 여성의 경우는 먹지않음이 41.43%로 가장 높게 나타났으며, 다음으로 돈까스(27.14%), 치킨(22.86%) 순으로 남성이 여성보다 양식을 더 선호하는 것으로 나타났다. 일식에서는 전체적으로 초밥과 장어구이(21.01%)를

Table 18. Seaweed preference of the subject n (%)

Variables	Criteria	Male (n=49)	Female (n=70)	Total (n=119)	χ^2
Favorite seaweed	Laver	30(61.23)	41(58.57)	71(59.67)	2.200
	Sea mustard	11(22.45)	19(27.14)	30(25.21)	
	Kelp	3(6.12)	6(8.57)	9(7.56)	
	Green laver	2(4.08)	1(1.43)	3(2.52)	
	A bundle	2(4.08)	1(1.43)	3(2.52)	
	Other	1(2.04)	2(2.86)	3(2.52)	
Frequency of seaweed consumption	Every meal	6(12.25)	7(10.00)	13(10.92)	7.640
	Once a day	4(8.16)	16(22.86)	20(16.81)	
	Once or three times a week	29(59.18)	27(38.57)	56(47.06)	
	Once or twice month	9(18.37)	16(22.86)	25(21.01)	
	Hardly eat	1(2.04)	4(5.71)	5(4.20)	
Favorite seaweed recipe	Sashimi	10(20.41)	9(12.86)	19(15.97)	14.455*
	Seasoned seaweed	13(26.53)	7(10.00)	20(16.81)	
	Soup	9(18.37)	20(28.57)	29(24.37)	
	Roasted with seasoning	11(22.45)	24(34.28)	35(29.41)	
	Parboiled fish	0(0.00)	2(2.86)	2(1.68)	
	Stir fry dishes	5(10.20)	2(2.86)	7(5.88)	
	Other	1(2.04)	6(8.57)	7(5.88)	

* $p<0.05$

Table 19. Eating out preference of the subject n (%)

Variables	Criteria	Male (n=49)	Female (n=70)	Total (n=119)	χ^2
Favorite eating out	Korean food	39(79.59)	55(78.57)	94(78.99)	1.670
	Western food	2(4.08)	6(8.57)	8(6.72)	
	Japanese food	3(6.12)	2(2.86)	5(4.20)	
	Chinese food	4(8.16)	6(8.57)	10(8.40)	
	Other	1(2.04)	1(1.43)	2(1.68)	
A week average eating out times	Not more than once	36(73.47)	60(85.71)	96(80.67)	9.200
	2~3	8(16.33)	4(5.71)	12(10.08)	
	4~5	5(10.20)	2(2.86)	7(5.88)	
	6~7	0(0.00)	1(1.43)	1(0.84)	
	More than eight times	0(0.00)	3(4.29)	3(2.52)	

Table 20. Eating out menu preference of the subject

n (%)

Variables	Criteria	Male (n=49)	Female (n=70)	Total (n=119)	χ^2
Favorite Korean food	<i>Bulgogi</i>	10(20.42)	11(15.71)	21(17.65)	8.281
	Grilled beef ribs	12(24.49)	11(15.71)	23(19.33)	
	Bean paste stew	7(14.29)	12(17.13)	19(15.97)	
	Soft tofu stew	4(8.16)	3(4.29)	7(5.89)	
	Beef tripe hot pot	3(6.12)	3(4.29)	6(5.04)	
	Soup	2(4.08)	3(4.29)	5(4.20)	
	Hot spicy meat stew	1(2.04)	4(5.71)	5(4.20)	
	Hot stone pot bibimbap	4(8.16)	9(12.86)	13(10.92)	
	Spicy fish stew	4(8.16)	9(12.86)	13(10.92)	
	Dumpling	0(0.00)	1(1.43)	1(0.84)	
	Rice cake soup	1(2.04)	0(0.00)	1(0.84)	
	Cold noodles	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	
	Korean Table d'hote	1(2.04)	2(2.86)	3(2.52)	
	Uneaten	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	
Other	0(0.00)	2(2.86)	2(1.68)		
Favorite Western food	Stake	7(14.29)	4(5.71)	11(9.25)	17.945*
	Pasta	1(2.04)	0(0.00)	1(0.84)	
	Hamburger	7(14.29)	1(1.43)	8(6.72)	
	Chicken	12(24.49)	16(22.86)	28(23.53)	
	Pork cutlet	14(28.56)	19(27.14)	33(27.73)	
	Soup	1(2.04)	1(1.43)	2(1.68)	
	Uneaten	7(14.29)	29(41.43)	36(30.25)	
	Other	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	
Favorite Japanese food	Fried food	8(16.33)	4(5.71)	12(10.08)	9.504
	Sushi	12(24.49)	13(18.57)	25(21.01)	
	Fresh fish soup	1(2.04)	3(4.29)	4(3.36)	
	Broiled eels	13(26.53)	12(17.14)	25(21.01)	
	Udon	6(12.24)	11(15.71)	17(14.29)	
	Buckwheat soba noodles	3(6.13)	10(14.29)	13(10.92)	
	Uneaten	6(12.24)	17(24.29)	23(19.33)	
	Other	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	
Favorite Chinese food	Chinese noodles	26(53.06)	37(52.86)	63(52.94)	11.154
	Sweet and sour pork	12(24.49)	14(20.86)	26(21.85)	
	Stir fried seafood and vegetables	2(4.08)	3(4.29)	5(4.20)	
	Sweet and sour chicken	0(0.00)	1(1.43)	1(0.84)	
	Stir fried shrimp and ketchup	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	
	Stir fried chicken in hot sauce	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	
	Chilled vegetables	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	
	Assorted seafood and vegetables with mustard sauce	0(0.00)	2(2.85)	2(1.68)	
	Dumplings	1(2.04)	2(2.85)	3(2.52)	
	Chinese fried rice	6(12.25)	1(1.43)	7(5.88)	
	Uneaten	2(4.08)	10(14.29)	12(10.09)	
	Other	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)	

* $p < 0.05$

가장 선호하였으며, 다음으로 먹지않음(19.33%), 우동(14.29%), 메밀소바(10.92%) 순으로 나타났다. 남성의 경우 장어구이(26.53%), 초밥(24.49%), 튀김(16.33%) 순이며, 여성은 먹지않음(24.29%), 초밥(18.57%), 장어구이(17.14%) 순으로 선호하였고, 남·녀에 따른 유의적인 차이는 나타나지 않았다. 중식의 경우 전체적으로 봤을 때, 중국식면류

(52.94%)를 가장 선호하였으며, 다음으로 탕수육(21.85%), 먹지않음(10.09%) 순으로 나타났다. 남·녀 모두 중국식면류와 탕수육 순으로 선호하였으며, 다음으로 선호하는 음식의 경우 남성은 중국식 볶음밥류, 여성은 먹지않음(14.29%) 순으로 응답하였으며, 남·녀간에 유의적인 차이는 나타나지 않았다. 그러므로 한식을 제외한 양식, 일식,

중식에서 여성의 경우 먹지않음의 비율이 높게 나타난 것으로 보아 남성보다 여성의 외식 선호도가 낮은 것으로 생각된다.

요 약

본 연구에서 전라북도 전주에 거주하는 65세 이상 노인 119명을 대상으로 식습관 및 식품의 종류 및 식품의 조리법에 따른 선호도, 외식의 선호도를 조사한 결과 조사대상자는 남성 49명(41.18%), 여성 70명(58.82%) 중 국졸(40.34%)이 가장 많았으며, 가족유형은 52.10%가 배우자와 함께 생활하였다. 월 평균 수입은 과반수 이상이 30만원 미만(56.30%) 정도였고, 월평균 용돈은 10-30만원 미만(36.98%) 이었다. 조사대상자의 건강상태의 경우 본인이 자각하는 건강상태에 대하여 61.34%가 보통이라고 하였으며, 치아상태의 경우 부분틀니 또는 임플란트, 틀니 순이었다. 후각의 상태는 대부분이 보통정도라고 응답하였다. 흡연의 경우 남성 응답자의 10.20%만이 흡연을 하였으며, 대부분 2개피 이하로 피운다고 하였다. 음주의 경우도 남성 응답자의 음주율이 더 높게 나타났다. 식습관에서 하루 식사횟수는 대부분 응답자가 3끼 식사를 하였으며, 가장 선호하는 식사 때는 점심이었고, 선호하는 아침식사 형태의 경우 남·녀 모두 밥을 가장 선호하였다. 한 끼 식사하는 데 소요되는 시간은 20분 정도 소요되며, 편식정도에 대한 응답에서는 과반수가 가리는 음식이 없다고 응답하였다. 간식의 경우 과반수 이상이 과일류를 가장 선호하였으며, 하루에 한 번 정도 간식을 섭취하는 것으로 나타났다. 희망하는 식생활 형태의 경우 대부분이 채소류 위주의 식사를 선호하였다. 식품 및 식품 조리법에 대한 선호도에서 주식의 경우 밥류는 잡곡밥, 면류는 칼국수, 죽은 전복죽을 가장 선호하였다. 남·녀 모두 된장국과 된장찌개를 가장 선호하였으며, 국의 필요성에 대하여 남성의 경우는 매 끼 필요하다고 하였다($p<0.001$). 남성은 돼지고기를 선호하였으나, 여성은 이와 반대로 소고기를 가장 선호하여 유의한 차이를 나타내었다($p<0.01$). 육류는 일주일에 1-3번 정도 섭취한다고 응답하였으며, 각 육류의 조리법으로 소고기는 국, 돼지고기는 찌개, 닭고기는 남성의 경우 삼계탕을, 여성은 튀김을 가장 선호하여 유의적 차이를 나타냈다($p<0.01$). 알류의 경우 전체 응답자 중 75.63%가 달걀을 가장 선호한다고 응답하였다. 채소류는 남·여 모두 상추를 가장 선호하였으며, 채소의 경우 일주일에 1-3번 정도 섭취한다고 응답하였다. 채소의 조리법에서는 나물을 가장 선호하였으며, 이 중 시금치나물과 무생채를 가장 선호하였다. 장아찌·젓갈류에서는 남성의 경우 마늘장아찌, 여성은 깻잎장아찌를 가장 선호하였으며, 섭취횟수는 대부분 일주일에 1-3번 정도 섭취한다고 하였다. 남·녀 모두 생선전을, 부침류에서는 빈대떡을 가장 선호하였으며, 한달에 1-3

번 정도 섭취한다고 응답하였다. 김치류의 경우 72.27%의 응답자가 배추김치를 가장 선호한다고 응답하였고, 김치의 필요도에 대하여 대부분의 응답자가 식사 시 김치가 꼭 필요하다고 하였다. 남성은 복숭아, 배, 토마토를, 여성은 사과, 감, 복숭아를 선호하여 유의적인 차이를 나타내었으며($p<0.01$), 대부분 하루에 한 번 정도 섭취한다고 응답하였다. 선호하는 외식 종류의 경우 과반수 이상이 한식(78.99%)을 가장 선호하였다. 외식 시 음식 선호도의 경우 한식의 경우 갈비구이, 불고기, 된장찌개를 선호하였으며, 외식 메뉴로 양식은 먹지 않는다는 비율이 가장 높았고, 양식을 먹을 경우는 돈가스, 치킨 순으로 선호도가 높았다. 일식의 경우 초밥과 장어구이를 선호하였고, 중식의 경우 중국식면류와 탕수육을 가장 선호하였다. 전주지역 노인들의 경우 타 지역의 노인들보다 하루 3끼 식사 비율은 높았으나, 치아 상실로 인한 저작능력 저하와 소화불량 증세를 가지고 있었으며, 이는 결식의 원인으로 연결되었다. 그러므로 치아건강 상태 유지를 위한 대책이 필요하다고 생각된다. 선호하는 식사 때는 점심이었으나, 남자노인의 경우 특히 점심 결식이 많아 지역적 특성을 고려하고 영양적인 균형과 심리적인 안락감을 제공할 수 있는 공동 급식 프로그램이 필요하다고 생각된다.

References

- Ahn SJ. 2000. A study food preference of the korean elderly. Living science institute, Chungang University, Seoul, Korea 27: 61-92.
- Ahn SJ, Kang SA. 1999. A study on the Food Habits and Dietary Behaviors among the Korean elderly. Korean J. Food Cook. Sci. 15: 81-94.
- Chauncey HH, Muench ME, Kapur KK, Wayler AH. 1984. The effect of the loss of teeth on diet and nutrition. Int. Dent. J. 34: 98-104.
- Choe EO, Woo KJ, Chyun JH. 2006. Food preferences of the elderly living in Incheon area. J. Korean J. Dietary Cult. 17: 123-129.
- Choe JS, Seon MJ, Paik HY, Hong SM. 2003. A study on the eating habits and dietary consciousness of adults in urban area. J. Korean Soc. Food Sci. Nutr. 32: 1132-1146.
- Hwang YM, Choi IS, Jung BM. 2010. A survey on preference and purchase factors of seaweed. Korean J. Community Nutr. 15: 361-368.
- Jang SC. 2010. A study on the porridge for the improvement of the Elderly's wellness. MS thesis, Dankook university, Yongin, Korea.
- Jeong MS, Lim KH. 2004. A study on the structure analysis of the consumption of the main fish. Korea Maritime institute. Busan, Korea, pp 45-69.
- Jo Ji, Lee HJ. 1994. A study on the eating behavior of the elderly people. J. Korean Living Sci. Resear. 23:61-91.
- Kim AR. 2015. Fast ageing, Elderly-flavored food industry growth. Available from : <http://www.yonhapnews.co.kr/bulletin/>

- 2015/05/28/0200000000AKR20150528163700030.HTML?input=1195m. Accessed. May 28. 2015.
- Kim HY, Lee HJ, Park CE, Kim YS. 2007. Study on the dietary behavior and local products for menu development of the elderly in Yeongi Chungnam. *J. Korean Soc. Food Cult.* 22: 775-782.
- Kim JH. 2010. A Study on Health-Related Lifestyle and Dietary : Focusing on Daegu metropolitan city. MS thesis, Yeungnam University, Gyeongsan, Korea.
- Kim JS. 2008. A Study on the Nutritional Status and Dietary Life of Some Seciors in Jeju. MS thesis, Jeju University, Jeju, Korea
- Koo SJ. 2003. Food scientific approach to customized food development for senior consumer. *Korean J. Food Cook. Sci.* 19: 667-684.
- Korea National Statistical Office. 2014 Statistics Elderly. Daejeon, Korea.
- Kwak TK, Kim HA, Paik JK, Jeon MS, Shin WS, Park KH, Park DS, Hong WS. 2013. A study consumer demands for menu development of senior-friendly food products focusing on seniors in Seoul and Kyeonggi area. *Korean J. Food Cook. Sci.* 29: 257-265.
- Lee YJ. 2013. Dietary habit, nutrition knowledge and perceptions on convenience foods of workers in Busan. MS thesis, Donga University, Busan, Korea.
- Lim SB, Kang MS, Jwa MK, Song DJ, Oh YJ. 2003. Characteristics of cooked rice by adding grains and legumes. *J. Korean Soc. Food Sci. Nutr.* 32: 52-57.
- Ministry of Health and Welfare. 2013. Korea national health and nutrition examination survey. Seoul. Ministry of health and welfare. Available from: <http://knhanes.cdc.go.kr>. Accessed May 28. 2015.
- Nummelin J. 2005. Business Potential in Senior Services. *Int'l. J. Strategic Prop. Mgt.* 9: 191-200.
- Park JE, AN HJ, Jung SU, Lee YN, Kim CI, Jang YA. 2013. Characteristics of the dietary intake of korean elderly by chewing ability using data from the korea national health and nutrition examination survey 2007-2010. *J. Nutr Health.* 46: 285-295.
- Park SS, Jang GW, Jo MS. 2011. A study on eating habits of the elderly to senior citizens' centers in section area. *J. Korean Soc. Dent. Hyg.* 11: 1027-1038
- Shin DY. 'low birth' fell into the swamp South Korea, Weaken the 'growth engine'. Available from : <http://www.hankyung.com/news/app/newsview.php?aid=201502664691>. Accessed Feb. 06, 2015.
- Susan S, Elaine W. 1996. Taste and smell changes with age : Implications for nutrition and immunity. The Second international conference on Nutrition and Aging, Cambridge, UK, pp. 60-71.
- Wayler AH, Chauncey HH. 1983. Impact of complete dentures and impaired natural den tition on masticatory performance and food choice in healthy aging men. *J. Prosthet Dent.* 49: 427-433.
- Wayler AH, Muench ME, Kapur KK, Chauncey HH. 1984. Masticatory performance and food acceptability in persons with removable partial dentures, full dentures and intact natural dentition. *J. Gerontol.* 34: 98-104.
- Won YS. 2003. The Relationship of Oral State and Dietary Habit to health Condition among Elderly People. MS thesis, Yonsei University, Seoul, Korea.
- Woo KJ, Chyun JH, Choe EO. 2002. A study on the food behaviors and factors influencing the food behavior of the elderly living in Incheon. *Korean J. Dietary Cult.* 17: 424-434.