

일본인 여성결혼이민자의 식생활적응 정도에 따른 식생활 및 건강 특성

아사노가나¹ · 윤지현¹ · 류시현^{2*}

¹서울대학교 식품영양학과, ²배재대학교 외식경영학과

Japanese Female Marriage Immigrants' Dietary Life and Health-related Characteristics by Level of Dietary Adaptation after Immigration to Korea

Kana Asano¹, Jihyun Yoon¹ and Si-Hyun Ryu^{2*}

¹Dept. of Food and Nutrition, Seoul National University, Seoul 08826, Korea

²Dept. of Foodservice Management, Paichai University, Daejeon 35325, Korea

ABSTRACT

The purpose of this study was to investigate Japanese female marriage immigrants' dietary life and health-related characteristics after immigration to Korea. A survey was conducted with Japanese women married to Korean men and having one child or more aged 7 to 18 years old. Data were collected from 243 women during the summer of 2014. A total of 204 questionnaires were analyzed, after excluding 39 questionnaires with a high percentage of incomplete responses (84% analysis rate). Over 85% of respondents were the members of the Unification Church, and over 92% of respondents had stayed in Korea for longer than 10 years. Based on the overall mean score for dietary adaptation level (3.68 out of 5 points), respondents were classified into two groups: low dietary adaptation group (mean score 3.12) and high dietary adaptation group (mean score 4.19). The collected data were compared between the two groups. The high dietary adaptation group reported higher percentages of decreasing consumption in processed food, confectionary, and bread than the low dietary adaptation group after immigration to Korea. A higher percentage of respondents in the high dietary adaptation group perceived their health status as good and reported changes that led to a healthier dietary life after immigration to Korea compared with those in the low dietary adaptation group. In conclusion, Japanese female marriage immigrants well adapted to Korean dietary life tended to eat healthier and perceive health status better compared with those who were not well adapted. The results of this study could be useful for prospecting dietary life and health-related characteristics of immigrant women in the long term after immigration to Korea.

Key words: Japanese female marriage immigrants, dietary adaptation, dietary life, change in food intake, health status

서론

법무부의 '국민의 배우자 지역별·국적별 현황' 자료에 따르면 2015년 6월말 기준 국내 전체 여성결혼이민자는 12만 5137명으로 2014년 같은 기간 12만 8749명에 비해 크게 줄어들었다. 이러한 감소는 2014년 4월부터 정부가 국제결혼 건전화를 목적으로 결혼이민자에 대한 비자발급 심사 기준을 강화한데 따른 것으로 보인다. 출신 국적별로 보면, 중국 조선족, 베트남, 캄보디아 등 아시아 국적 여성결혼이민자의 감소가 두드러진 반면 미국, 일본 등 OECD 국가나 영어권 출신 여성결혼이민자는 꾸준히 늘어나고 있는 추세이다. 일본 국적의 여성결혼이민자는 2015년 6월말 기준 1만 1533명으로 2014년 1만 853명에 비해 700명 가까이 증가하였다 (Ministry of Justice 2015).

우리나라에서 한국 남성과 외국인 여성의 국제결혼은 1990년 대 중반부터 주로 결혼중매업체를 통해 증가하였다. 그러나 선진국 출신인 일본 여성의 국내로의 결혼이주는 이보다 앞서 1980년부터 통일교 주선으로 시작된 것이 특징적이라 할 수 있는데, 1990년대 초반 통일교 차원에서 치러진 수차례의 국제합동결혼식을 통해 급증한 후 현재까지 꾸준히 이어지고 있다(Lee JH 2012). 축복결혼식에 참여하는 일본 여성은 대부분 고학력자로서 현재 한국에 거주하는 일본인 여성결혼이민자 중 90% 가량이 통일교와 관련이 있는 것으로 추정되고 있다(Kim KJ 2011).

여성결혼이민자의 한국 사회적응을 위해 정부 주도 하에 지자체별로 지원센터를 세워 한국어교육, 한국요리, 한국역사 등의 교육과 복지서비스를 제공하고 있으나, 여전히 언어문제, 경제적 어려움, 외로움, 문화적 차이, 자녀양육 및 교육 등에서 어려움을 겪고 있다(Jeon KT *et al* 2013). 특히 한국인 남편과 살면서 문화차이를 느낀다고 응답한 여성결혼이

* Corresponding author : Si-Hyun Ryu, Tel: +82-42-520-5907, Fax: +82-70-4369-1778, E-mail: ryush@pcu.ac.kr

민자는 출신 국가에 상관없이 절반 가까이가 식습관에서 문화차이를 가장 크게 느끼는 것으로 보고된 바 있다(Jeon KT *et al* 2013). 다른 연구(Chung K 2008)에서도 일본인 여성결혼이민자의 경우 필리핀, 몽골, 베트남 출신 여성결혼이민자에 비해 상대적으로 낮은 비율이긴 하지만 식습관에서 한국 남편과 문화차이를 지각하고 있었으며, 시부모님과도 식습관 및 식사문화 차이로 인해 갈등을 겪고 있는 것으로 나타났다(Lee JH 2012). 일본인 여성결혼이민자는 특히 한국의 상차림, 식사량, 맵고 짠 한국음식, 그리고 한국을 대표하는 김치와 김장문화에서 어려움을 느낀다는 보고(Nam S 2010)도 있다. 이러한 식습관 차이로 인해 각종 정책적 지원 중 한국요리 강습 지원에 대한 일본인 여성결혼이민자의 수요는 약 60%로 일반 사회생활을 돕기 위한 서비스 수요보다도 높은 것으로 보고되고 있다(Chung K 2008).

여성결혼이민자는 한국사회에서 적응하고 생활하는 과정에서 여러 어려움으로 인해 건강상의 많은 변화를 겪게 되기에 적극적인 건강관리가 중요함에도 불구하고 일반적으로 저체중율과 빈혈 유병율은 높고, 영양상태가 낮은 경우가 상당하며 건강수준이 취약하다(Kim HR *et al* 2011). 여성결혼이민자의 건강관련 연구들(Kim H *et al* 2010; Yang SJ 2011; Jeon MY *et al* 2012)에서 이들의 건강문제는 연령과 출신국가에 따라 차이를 보이며, 건강행태도 출신국가, 연령, 한국 거주기간에 따라 다른 양상을 보이는 것으로 보고되고 있다. 특히, 일본인 여성결혼이민자는 결혼이주 초창기에 한국으로 이주하였기에 다른 출신 국가 여성결혼이민자에 비해 40세 이상의 중년자가 많아 질병 유병율이 높다는 보고(Jeon MY *et al* 2012)도 있다.

그동안 여성결혼이민자의 식생활 및 건강관련 연구들은 출신 국가의 차이를 고려하지 않고 한국 남성과 국제결혼을 했다는 이유만으로 동질적 집단으로 보고 이루어졌으며, 최근에서야 출신 국가별로 분류하여 세분화된 연구가 진행되고 있다. 그런데 여성결혼이민자 중 조선족을 포함한 중국 출신의 비율이 압도적이고 동남아시아 여성결혼이민자들이 급증하고 있기에 대부분의 연구가 이들을 중심으로 이루어졌다. 반면, 여성결혼이민자 중 중국, 베트남에 이어 세 번째로 높은 비율을 차지하고 있는 일본 출신 여성결혼이민자만을 대상으로 이들의 식생활과 건강 특성에 초점을 두고 독립적으로 수행된 연구는 거의 없는 실정하기에 이에 관한 논의가 필요하다.

따라서 본 연구에서는 일본인 여성결혼이민자들의 한국 식생활적응 정도에 따라 식생활 고적응군과 식생활 저적응군으로 나누어 식생활과 건강 특성 등에 대해 비교·분석함으로써 이들을 제도적, 정책적으로 지원하는 방안을 도출하는데 기초자료를 제공하고자 한다.

연구방법

1. 연구대상 및 자료수집

본 연구는 한국인 남성과 결혼하여 한국에 거주하며 만 7~18세의 학령기 자녀를 한 명 이상 둔 일본인 여성결혼이민자를 대상으로 2014년 7월부터 8월 사이에 실시되었다. 본 연구에서 분석 자료로 사용되지는 않았지만, 설문문항 중 학령기 자녀의 양육에 대한 내용이 포함되었기 때문에 대상자를 만 7~18세의 학령기 자녀를 한 명 이상 둔 일본인 여성결혼이민자로 하였다. 본 조사를 수행하기에 앞서 한국어로 작성된 설문지를 한국어에 능통한 일본인 대학원생이 일본어로 번역한 후, 예비조사를 실시하여 이해하기 어려운 문항은 수정하였다.

자료수집은 비확률 표집방법인 눈덩이표집에 의해 진행되었는데, 참여 조건을 갖춘 일본인 여성결혼이민자를 연구수행자의 지인으로부터 소개 받거나 조사에 참여한 여성들로부터 소개 받아 이루어졌다. 설문조사는 조사대상자 243명 모두에게 연구 절차에 대해 설명하고 연구 참여에 대한 동의를 얻은 후 자기기입법으로 실시하였다.

2. 연구내용

조사에 사용된 설문지는 일반사항 이외에 크게 한국 생활 문화 적응, 가족생활, 의생활, 식생활, 건강 특성 등 4개 영역으로 구성되었다. 이 중 본 연구의 분석에는 일반사항, 한국 생활문화적응 영역 중 식생활적응, 식생활 실태, 한식에 대한 인식, 건강한 식행동, 한국 이주 후 식습관 변화, 식품섭취빈도 변화에 대한 응답 자료가 사용되었다. 또한 건강 특성 영역 중 주관적 건강지위, 한국 이주 후 주관적 건강지위 변화, 한국 이주 후 주관적 식생활변화, 한국 이주 후 체중변화, 체중과 신장, 현재 흡연·음주·규칙적인 운동여부에 대한 응답 자료를 사용하였다.

일본인 여성결혼이민자의 일반사항에 대한 문항은 국적, 연령, 교육수준, 직업유무, 종교, 월평균 가구소득, 한국 거주기간으로 구성되었다. 식생활적응 문항은 선행연구(Hyun KJ & Kim YS 2011)를 참조하여 ‘나는 한국 음식 만들기에 익숙하다’, ‘나는 한국 음식 먹는 것을 좋아한다’, ‘나는 한국식으로 밥상을 차리는 것에 익숙하다’, ‘나는 한국의 명절음식 종류를 안다’, ‘나는 숟가락을 사용하여 밥을 먹는다’ 등 총 5문항으로 구성되었다. 식생활 실태 문항은 선행연구(Lee JS 2012; So J & Han SN 2012)에서 사용된 문항을 본 연구에 맞게 수정하여 식생활 및 건강정보 수집경로, 음식선택 시 가장 중요하게 고려하는 요인, 한식 섭취횟수, 일식 섭취횟수, 일본 식재료를 제외한 기타 식재료 구입 장소, 김치 및 장류 장만방법으로 구성되었다. 한식에 대한 인식 문항은 선

행연구(Shin BG & Kwon YJ 2010; Cha SM *et al* 2012)를 참조하여 ‘한국 음식은 건강에 좋다’, ‘한국 음식은 맛있다’, ‘한국 음식은 만들기 어렵다’, ‘한국 식품은 안전하다’ 등 총 4문항으로 구성되었다. 건강한 식행동 관련 문항은 선행연구(Kim SH *et al* 2009; Kim JM *et al* 2012)를 참조하여 우유 및 유제품 섭취, 단백질 섭취, 채소 및 과일 섭취, 기름진 고기 및 생선 섭취, 튀김 및 볶음 요리 섭취, 짠 음식섭취, 간식 섭취, 다양한 음식섭취, 규칙적인 식사 등 총 10문항으로 구성되었다.

한국 이주 후 식습관 변화 문항은 선행연구(Rosenmüller DL *et al* 2011)에서 사용된 문항을 수정·보완하여 외식횟수, 결식횟수, 가정에서의 조리횟수, 간식 섭취횟수, 1인 분량, 식품의 다양성, 식품표시 또는 영양표시 읽는 횟수 변화 정도 등 총 7문항으로 구성되었다. 한국 이주 후 식품섭취빈도 변화 문항은 관련 연구(Gray VB *et al* 2005)를 참조하여 주식류, 단백질 식품류, 채소 및 과일류 등의 다양한 식품군 별로 섭취빈도의 변화정도를 한국 이주 전과 비교해 ‘덜 섭취한다’, ‘비슷하게 섭취한다’, ‘더 섭취한다’, ‘이주 전후 모두 거의 또는 전혀 섭취하지 않는다’의 응답 중에서 선택하도록 구성되었다.

건강 특성 문항은 주관적 건강지위, 한국 이주 후 주관적 건강지위 및 식생활 변화, 체중 변화정도, 건강행위로 구성되었다. 주관적 건강지위 문항은 현재 전반적인 건강상태에 대하여 ‘매우 좋다’, ‘좋은 편이다’, ‘보통이다’, ‘나쁜 편이다’, ‘매우 나쁘다’의 응답 중에서 선택하도록 하였다. 한국 이주 후 주관적 건강지위 변화 문항은 이주 전과 비교해 ‘더 좋다’, ‘비슷하다’, ‘더 나쁘다’의 응답 중에서 선택하도록 하였다. 한국 이주 후 주관적 식생활 변화 문항은 이주 전과 비교하여 ‘더 건강한 식생활을 하고 있다’, ‘비슷하다’, ‘덜 건강한 식생활을 하고 있다’의 응답 중에서 선택하도록 하였다. 한국 이주 후 체중 변화 문항은 이주 전과 비교하여 ‘늘었다’, ‘비슷하다’, ‘줄었다’의 응답 중에서 선택하도록 구성되었다. 건강행위에 해당되는 현재 흡연·음주·규칙적인 운동 여부 문항은 ‘예’와 ‘아니오’ 중에서 선택하도록 하였다.

3. 통계처리 및 분석

설문에 동의한 일본인 여성결혼이민자 243명으로부터 회수된 설문지 중 주요문항이 부실 기재된 39부를 제외한 총 204부를 분석에 이용하였다(분석율 84.0%).

모든 통계분석은 SPSS(21.0 version, Chicago, IL, USA)를 이용하여 수행하였으며, 각 문항에 대한 빈도와 백분율 또는 평균과 표준편차 등의 기술적 통계치를 산출하였다. 또한 일본인 여성결혼이민자의 식생활적응도 평균값인 3.68을 기준으로 식생활 저적응군(n=97, 식생활적응도 평균=3.12점)과 식생활 고적응군(n=107, 식생활적응도 평균=4.19점)으로 나누

어 두 군 간의 통계적 유의성을 검증하기 위하여 χ^2 검정 또는 *t* 검정을 실시하여 비교·분석하였다.

식생활적응도, 한식에 대한 인식, 건강한 식행동 수준을 측정하기 위하여 각 문항별 동의정도를 선택하도록 한 문항들의 경우 ‘매우 그렇지 않다’, ‘그렇지 않다’, ‘어느 쪽도 아니다’, ‘그렇다’, ‘매우 그렇다’의 응답에 각각 1, 2, 3, 4, 5점을 부여하여 분석하였다. 또한 건강한 식행동 수준을 측정하기 위한 문항 중 부정문항에 대해서는 역으로 환산하여 점수가 높을수록 건강한 식행동 수준이 높은 것으로 평가하였으며, 다문항 측정도구의 신뢰도 검증을 위하여 크론바하 α 값을 구하였다.

한국 이주 후 식품섭취빈도 변화 문항에 대한 응답 중 ‘덜 섭취한다’, ‘비슷하게 섭취한다’, ‘더 섭취한다’고 응답한 경우만 분석에 이용하였다. 체질량지수(BMI)는 조사대상자가 직접 기입한 체중과 신장으로 산출한 후 저체중(BMI<18.5), 정상체중(BMI=18.5~22.9), 과체중(BMI=23.0~24.9), 비만(BMI \geq 25.0)으로 대상자를 분류하였다(World Health Organization Western Pacific Region 2000).

결과 및 고찰

1. 일본인 여성결혼이민자의 식생활적응

일본인 여성결혼이민자의 식생활적응도를 평가하기 위한 5개 문항의 크론바하 α 값은 0.77로 문항 간 내적일관성이 신뢰할 만한 수준이었다. 5점 척도로 측정된 일본인 여성결혼이민자의 식생활적응도 전체 평균은 3.68점이었다(Table 1). 여성결혼이민자의 식생활적응에 대해 분석한 연구(Oh KS 2010)에 따르면 일본인 여성결혼이민자의 식생활적응도는 중국이나 베트남 출신에 비해 높았다. 한국 이주 여성결혼이민자의 식생활적응 관련 선행연구(Cha SM *et al* 2012; Kim JM *et al* 2012; Lee JS 2012; Asano K *et al* 2015)에서 식생활적응은 출신국적 뿐만 아니라 연령, 학력, 월평균 가구소득, 한국 거주기간, 한국 문화적응 수준, 건강한 식행동 수준, 한국음식 섭취빈도, 부부갈등 수준 등과도 관련이 있는 것으로 보고되고 있다.

다섯 항목 중 ‘나는 한국 음식 먹는 것을 좋아한다’에서 점수(4.02)가 가장 높았으며, 다음으로 ‘나는 한국의 명절음식 종류를 안다(3.77점)’, ‘나는 숟가락을 사용하여 밥을 먹는다(3.65점)’ 순이었다. 한편, 다른 연구(Park YI 2009)에서 일본 출신 여성결혼이민자는 한국 이주 후 그릇을 손으로 들지 않고 식사하는 것에 어려움을 겪고 있는 것으로 보고되고 있다.

응답자의 대부분이 한국에서 10년 이상 거주한 자들이고 통일교를 통해 결혼한 경우에는 한국생활 적응력 제고를 위해 한국본부에서 한국요리실습이 포함된 여러 교육을 받음에도

Table 1. The dietary adaptation level of Japanese female marriage immigrants in Korea n=204

	Mean±S.D.
I like to eat Korean food.	4.02±0.83 ¹⁾
I am familiar with Korean traditional festival food.	3.77±0.90
I eat rice with a spoon.	3.65±1.07
I set the table in the Korean way.	3.63±0.96
I cook Korean dishes well.	3.33±0.99
Overall	3.68±0.69

¹⁾ 5 point scale: 1=strongly disagree, 2=disagree, 3=neither agree nor disagree, 4=agree, 5=strongly agree

(Kim KJ 2011) 불구하고 ‘나는 한국음식 만들기에 익숙하다’ (3.33점) 항목에 대한 점수는 가장 낮게 나타났다. 이는 출신 국가별로 여성결혼이민자의 각종 정책적 지원에 대한 수요조사(Chung K 2008)에서 서비스 지원 욕구가 가장 낮았던 일본인 여성결혼이민자조차도 한국요리 강습에 대한 서비스 지원의 필요성이 높았다는 보고와 관련이 있는 것으로 볼 수 있다.

2. 식생활 저적응군과 식생활 고적응군의 일반사항

일본인 여성결혼이민자의 일반사항은 Table 2와 같다. 조사대상자 대부분(94.6%)이 일본 국적이었는데, 결혼이민자 가족실태 조사(Seol DH *et al* 2006)에서도 98%가 일본 국적을 유지하고 있었으며, 그 이유로는 일본 국적을 유지하는 것이 경제적·사회적으로 유리하고 한국 국적을 취득하지 않아도

Table 2. The general characteristics of Japanese female marriage immigrants by the level of dietary adaptation in Korea n(%)

		Total (n=204)	Low dietary adaptation group (n=97)	High dietary adaptation group (n=107)	χ^2 value
Nationality	Japanese	193(94.6)	91(93.8)	102(95.3)	0.23
	Korean	11(5.4)	6(6.2)	5(4.7)	
Age (yr)	30's	33(16.2)	16(16.5)	17(15.9)	0.69
	40's	115(56.4)	57(58.8)	58(54.2)	
	≥50's	56(27.5)	24(24.7)	32(29.9)	
Education level	≤High school/Vocational school graduate	78(38.2)	37(38.1)	41(38.3)	0.10
	College graduate	48(23.5)	22(22.7)	26(24.3)	
	≥University graduate	78(38.2)	38(39.2)	40(37.4)	
Employment status	Employed	137(67.2)	59(60.8)	78(72.9)	3.36
	Unemployed	67(32.8)	38(39.2)	29(27.1)	
Religion	Unification Church	175(85.8)	79(81.4)	96(89.7)	3.26
	No religion	18(8.8)	12(12.4)	6(5.6)	
	Others ¹⁾	11(5.4)	6(6.2)	5(4.7)	
Monthly household income (1,000won)	<2,000	53(26.0)	28(28.9)	25(23.4)	4.08
	2,000~<3,000	74(36.3)	38(39.2)	36(33.6)	
	3,000~<4,000	51(25.0)	23(23.7)	28(26.2)	
	≥4,000	26(12.7)	8(8.2)	18(16.8)	
Length of residence in Korea (yr)	<10	16(7.8)	13(13.4)	3(2.8)	15.41**
	10~<15	62(30.4)	36(37.1)	26(24.3)	
	15~<20	91(44.6)	37(38.1)	54(50.5)	
	≥20	35(17.2)	11(11.3)	24(22.4)	

¹⁾ Buddhism, Christianity, etc., ** $p<0.01$

생활의 불편이 없기 때문이라는 응답이 많았다고 보고하였다. 연령대로는 40대가 과반수로 가장 많았으며, 교육수준을 보면 전문대졸 이상이 62%로 나타났는데, 선행연구(Kim HR *et al* 2011)에서 보고된 베트남(43.2%)이나 중국(51.2%) 출신 여성결혼이민자의 학력에 비해 상대적으로 높은 수치였다. 직업을 가진 경우(67.2%)가 그렇지 않은 경우(32.8%)보다 약 2배 정도 많았으며, 2012년 전국 다문화가족 실태조사 연구(Jeon KT *et al* 2013)에서 보고된 여성결혼이민자의 취업률(53.0%)에 비해 높았다.

종교별로 보면 통일교가 86%로 가장 많았는데, 경기도에 거주하는 일본인 여성결혼이민자 대상 연구(Chung K 2008)에서도 응답자의 약 87%가 통일교를 통해 한국 남성과 국제결혼을 한 것으로 보고되었다. 동남아시아 여성이 주로 결혼정보업체를 통해 한국 남성과 국제결혼을 하는 것과 달리 일본 여성에게는 통일교라는 종교가 결정적인 역할을 하고 있음을 확인할 수 있었다. 월평균 가구소득은 200~300만원 미만(36.3%)인 경우가 가장 많았는데, 2012년 전국 다문화가족 실태조사 연구(Jeon KT *et al* 2013)에서도 월평균 가구소득이 200~300만원 미만(30.5%)인 경우가 가장 많아 유사한 경향을 보였다.

한국 거주기간을 보면, 응답자의 90% 이상이 10년 이상이었었는데, 다른 연구(Chung K 2008; Jeon MY *et al* 2012; Kim K 2012)에서도 일본인 여성결혼이민자의 평균 한국 거주기간이 다른 국가 출신 여성이민자에 비해 압도적으로 길었다. 이는 통일교를 통해 초창기 한국으로 이주한 일본 여성이 많았기 때문인 것으로 판단된다. 식생활 저적응군에서는 한국 거주기간에 대해 15년 이상 20년 미만(38.1%)이라는 응답과 10년 이상 15년 미만(37.1%)이라는 응답이 비슷한 분포를 보였다. 그러나 식생활 고적응군에서 15년 이상 20년 미만 거주했다는 응답이 절반(50.5%)으로 가장 많았고, 20년 이상(22.4%)이라는 응답이 식생활 저적응군(11.3%)에 비해 2배 정도 많아 유의적인 차이를 보였다($p<0.01$).

3. 식생활 저적응군과 식생활 고적응군의 식생활 실태

일본인 여성결혼이민자의 식생활 실태에 대해 분석한 결과는 Table 3과 같다. 식생활 저적응군과 식생활 고적응군 모두에서 응답자의 약 80%가 식생활 및 건강정보를 책, 신문, 텔레비전 등의 대중매체에서 얻고 있었다. 음식선택 시 가장 중요하게 고려하는 점은 두 군 모두에서 건강(64.9%)이었고 그 다음으로는 맛(23.2%)이었지만, 식생활 저적응군에서는 건강(54.9%)이라는 응답이 식생활 고적응군(74.5%)에서 보다 20%나 낮은 반면, 맛이라는 응답은 약 두 배나 많게 나타나 유의한 차이를 보였다($p<0.05$). 베트남인 여성결혼이민자도 본 연구결과와 동일하게 음식선택 시 건강(60.6%),

맛(34.6) 순으로 고려한다고 보고(So J & Han SN 2012)된 반면, 중국인 여성결혼이민자는 맛(64.7%)을 가장 중요하게 고려하고 다음으로 건강(29.8%)을 고려하는 것으로 보고(Asano K *et al* 2014)되어 출신 국가별로 차이가 있었다.

한식 섭취빈도를 보면, 매일 섭취한다는 응답은 식생활 고적응군 73%, 식생활 저적응군 45%이었으며, 주 5~6회 섭취한다는 응답은 각각 19%, 25%로 나타나 식생활 고적응군의 한식 섭취빈도가 상대적으로 높았다($p<0.001$). 식생활 고적응군에서는 일식을 거의 섭취하지 않는다(54.7%)는 응답이, 식생활 저적응군에서는 주 1~2일 섭취한다(39.6%)는 응답이 가장 많아 두 군간 응답분포에 유의적인 차이를 보였다($p<0.001$). 출신 국가별 여성결혼이민자의 자국음식 섭취빈도 조사(Park YI 2009)에서도 일본 출신 여성결혼이민자는 베트남이나 필리핀 출신과 달리 거의 섭취하지 않는다는 응답이 과반수(56.8%)로 가장 많아 본 연구결과와 유사한 경향을 보였다.

일식 식재료를 제외한 기타 식재료 구입 장소로는 두 군 모두에서 슈퍼마켓이라는 응답이 과반수로 가장 많았고, 다음으로 대형마트, 전통시장 순이었다. 김치류 장만방법으로 친척이나 친구에게 얻는 경우(44.1%)가 가장 많았고, 그 다음으로 직접 담근다(30.6%), 구입한다(25.3%) 순이었다. 반면 중국인 여성결혼이민자(Asano K *et al* 2015)와 베트남인 여성결혼이민자(So J & Han SN 2012) 대상 연구에서는 직접 담근다는 응답이 각각 44.3%, 46.2%로 가장 많은 것으로 보고되어 출신 국가별로 김치류 장만방법에 차이가 있었다. 반면 장류 장만방법에 대해서는 중국인(Asano K *et al* 2015)이나 베트남인 여성결혼이민자(So J & Han SN 2012)와 동일하게 구입한다(72.7%)는 응답이 가장 많았다.

4. 식생활 저적응군과 식생활 고적응군의 한식에 대한 인식

일본인 여성결혼이민자의 한식에 대한 인식 수준을 식생활 저적응군과 식생활 고적응군으로 나누어 비교·분석한 결과는 Table 4와 같다. 항목 중 ‘한국 음식은 맛있다’와 ‘한국 음식은 건강에 좋다’에서는 식생활 고적응군의 점수가 식생활 저적응군에 비해 각각 유의적으로 높았다($p<0.001$, $p<0.01$). 반면, ‘한국 음식은 만들기가 어렵다’ 항목에서는 식생활 저적응군의 점수(3.46)가 식생활 고적응군의 점수(3.11)보다 유의적으로 높게 나타나($p<0.05$) 식생활 저적응군이 식생활 고적응군에 비해 한국 음식 만들기에 어려움을 느끼고 있음을 알 수 있었다. 한편, ‘한국 식품은 안전하다’ 항목에서는 두 군 모두에서 2점대로 점수가 가장 낮았다.

일본인 여성결혼이민자는 한식에 대해 맛있다는 인식이 가장 높았고 다음으로 비교적 건강한 것으로 인식하고 있음을

Table 3. The dietary practice of Japanese female marriage immigrants by the level of dietary adaptation in Korea n(%)

		Total	Low dietary adaptation group	High dietary adaptation group	χ^2 value
Source of diet-related and health information ¹⁾	Book/Newspaper/TV	135(78.9)	60(75.9)	75(81.5)	0.80
	Family/Friend	21(12.3)	11(13.9)	10(10.9)	
	Others ²⁾	15(8.8)	8(10.1)	7(7.6)	
		171(100.0)	79(100.0)	92(100.0)	
Biggest concern when selecting food ¹⁾	Health	120(64.9)	50(54.9)	70(74.5)	7.94*
	Taste	43(23.2)	28(30.8)	15(16.0)	
	Others ³⁾	22(11.9)	13(14.3)	9(9.6)	
		185(100.0)	91(100.0)	94(100.0)	
Frequency of eating Korean food	Everyday	122(59.8)	44(45.4)	78(72.9)	20.43***
	5~6 days/week	44(21.6)	24(24.7)	20(18.7)	
	3~4 days/week	30(14.7)	22(22.7)	8(7.5)	
	≤1~2 days/week	8(3.9)	7(7.2)	1(0.9)	
		204(100.0)	97(100.0)	107(100.0)	
Frequency of eating Japanese food ¹⁾	≥5~6 days/week	9(4.5)	6(6.3)	3(2.8)	21.84***
	3~4 days/week	30(14.9)	24(25.0)	6(5.7)	
	1~2 days/week	77(38.1)	38(39.6)	39(36.8)	
	Never	86(42.6)	28(29.2)	58(54.7)	
		202(100.0)	96(100.0)	106(100.0)	
Purchasing place of food ingredients except Japanese food ingredients ¹⁾	Local supermarket	85(54.5)	39(54.2)	46(54.8)	1.36
	Hypermarket	38(24.4)	20(27.8)	18(21.4)	
	Traditional market	27(17.3)	11(15.3)	16(19.0)	
	Others ⁴⁾	6(3.8)	2(2.8)	4(4.8)	
		156(100.0)	72(100.0)	84(100.0)	
Methods of acquiring Kimchi ¹⁾	Obtain from relatives/friends	75(44.1)	41(50.6)	34(38.2)	4.08
	Self-made	52(30.6)	19(23.5)	33(37.1)	
	Purchase	43(25.3)	21(25.9)	22(24.7)	
		170(100.0)	81(100.0)	89(100.0)	
Methods of acquiring Korean sauces ¹⁾	Purchase	133(72.7)	68(77.3)	65(68.4)	3.82
	Obtain from relatives/friends	37(20.2)	17(19.3)	20(21.1)	
	Self-made	13(7.1)	3(3.4)	10(10.5)	
		183(100.0)	88(100.0)	95(100.0)	

¹⁾ The total number of responses doesn't equal to 204 due to non-responses.

²⁾ Doctors/Dieticians, Community centers(Welfare centers, Health centers, Multicultural family support centers, etc.)

³⁾ Price, Koreanness

⁴⁾ Online shopping sites, Cooperative stores

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

Table 4. The perception on Korean food of Japanese female marriage immigrants by the level of dietary adaptation in Korea
Mean±S.D.

	Total (n=204)	Low dietary adaptation group (n=97)	High dietary adaptation group (n=107)	t value
Korean food is delicious.	4.23±0.66 ¹⁾	4.03±0.68	4.40±0.60	-4.11***
Korean food is healthy.	3.85±0.81	3.67±0.80	4.01±0.78	-3.06**
Korean food is difficult to cook.	3.28±1.00	3.46±0.83	3.11±1.10	2.59*
Korean food is safe to eat.	2.78±0.81	2.70±0.75	2.85±0.86	-1.32

¹⁾ 5 point scale: 1=strongly disagree, 2=disagree, 3=neither agree nor disagree, 4=agree, 5=strongly agree

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

알 수 있었다. 중국인 여성결혼이민자의 한식에 대한 인식을 조사한 연구(Asano K *et al* 2014)에서도 한식에 대해 맛있고 건강에 좋다고 인식하는 것으로 보고되었으나, 한국 식품의 안전성에 대해서는 일본인 여성결혼이민자와 달리 안전하다고 인식하고 있어 출신 국적별로 한국 식품의 안전성에 대한 인식 차이가 있었다.

5. 식생활 저적응군과 식생활 고적응군의 식행동

일본인 여성결혼이민자의 건강한 식행동 수준을 평가하기 위한 10개 문항의 크론바하 α 값은 0.61로 문항 간 내적일관성이 신뢰할 만한 수준이었다. 건강한 식행동 수준에 대한 전체 평균값은 3.24이었으며, 전반적으로 식생활 저적응군(3.20점)과 식생활 고적응군(3.28점) 간 유의적인 차이는 없었다(Table 5).

식행동 평가 항목 중 ‘나는 고기, 생선, 달걀, 콩, 두부를 매끼마다 먹는다’에 대한 식행동 점수는 3.73으로 가장 높았

Table 5. The healthy dietary behavior of Japanese female marriage immigrants by the level of dietary adaptation in Korea
Mean±S.D.

	Total (n=204)	Low dietary adaptation group (n=97)	High dietary adaptation group (n=107)	t value
I drink more than one bottle of milk or dairy products everyday (e.g. yogurt, yoplait).	3.00±1.20 ¹⁾	3.08±1.15	2.93±1.24	0.88
I eat meat, fish, egg, bean, and bean curd (tofu) at every meal.	3.73±0.93	3.74±0.92	3.71±0.94	0.25
I eat vegetables other than <i>Kimchi</i> at every meal.	3.57±0.93	3.41±1.02	3.71±0.82	-2.28*
I eat some kind of fruit or fruit juice everyday.	3.15±1.08	3.05±1.15	3.23±1.01	-1.20
I eat fatty meat (pork belly, rib, broiled eels) more than twice a week. ²⁾	3.26±1.09	3.33±1.12	3.20±1.06	0.87
I eat fried food or stir-fried dishes more than twice a week. ²⁾	2.91±1.07	2.89±1.13	2.93±1.03	-0.32
I tend to eat salty food. ²⁾	3.11±1.02	3.24±1.06	2.99±0.98	1.72
I eat ice cream, cake, cookies, and carbonated drinks between meals more than twice a week. ²⁾	2.93±1.11	2.74±1.09	3.09±1.11	-2.27*
I am not a picky eater, so I tend to ingest a broad variety of foods.	3.38±0.97	3.25±0.96	3.50±0.97	-1.84
I eat three meals on a regular basis.	3.36±1.16	3.26±1.14	3.46±1.17	-1.24
Overall	3.24±0.40	3.20±0.42	3.28±0.39	-1.36

¹⁾ 5 point scale: 1=strongly disagree, 2=disagree, 3=neither agree nor disagree, 4=agree, 5=strongly agree

²⁾ Reverse coding, * $p<0.05$

다. 반면 ‘나는 튀김이나 볶음 요리를 1주일에 2번 이상 먹는다’와 ‘나는 아이스크림, 케이크, 과자, 탄산음료 등을 간식으로 주 2회 이상 먹는다’에 대한 식행동 점수는 2점대로 낮았다. 즉, 일본인 여성결혼이민자의 경우 튀김이나 볶음 요리, 그리고 간식을 자주 섭취하는 것이 문제점으로 나타났다. 중국인 여성결혼이민자의 식행동을 평가한 연구(Asano K *et al* 2015)와 비교해 보았을 때, 전반적인 식행동 평균 점수(3.26)는 비슷한 수치였으나, 중국인 여성결혼이민자는 튀김이나 볶음 요리, 간식 섭취 이외에 지방이 많은 육류와 염분 섭취에 대한 식행동 점수도 2점대로 낮아 문제점으로 지적되었다.

식생활 고적응군과 식생활 저적응군의 식행동을 비교해 보면, 식생활 고적응군은 ‘나는 김치 이외의 채소를 식사할

때마다 먹는다’와 ‘나는 아이스크림, 케이크, 과자류, 탄산음료 등을 간식으로 주 2회 이상 먹는다’에서 건강한 식행동 점수가 식생활 저적응군보다 유의하게 높았다($p<0.05$). 따라서 식생활 고적응군은 식생활 저적응군보다 채소섭취는 많고, 간식섭취는 적어 상대적으로 건강한 식행동을 하고 있음을 알 수 있었다. 이러한 결과는 한국 이주 후 여성결혼이민자가 한국 식생활에 적응을 잘할수록 식행동이 긍정적으로 변화한다는 보고(Kim JM *et al* 2012)와 일치하였다.

6. 식생활 저적응군과 식생활 고적응군의 한국 이주 후 식습관 변화

한국 이주 후 일본인 여성결혼이민자의 식습관 변화에 대해 식생활 저적응군과 식생활 고적응군으로 나누어 비교·분

Table 6. The changes in dietary habits of Japanese female marriage immigrants by the level of dietary adaptation after immigration to Korea n(%)

		Total (n=204)	Low dietary adaptation group (n=97)	High dietary adaptation group (n=107)	χ^2 value
Frequency of eating out	Increase	52(25.5)	25(25.8)	27(25.2)	2.03
	No change	71(34.8)	38(39.2)	33(30.8)	
	Decrease	81(39.7)	34(35.1)	47(43.9)	
Frequency of skipping meal	Increase	31(15.2)	16(16.5)	15(14.0)	0.26
	No change	129(63.2)	60(61.9)	69(64.5)	
	Decrease	44(21.6)	21(21.6)	23(21.5)	
Frequency of home cooking	Increase	126(61.8)	54(55.7)	72(67.3)	3.41
	No change	65(31.9)	37(38.1)	28(26.2)	
	Decrease	13(6.4)	6(6.2)	7(6.5)	
Frequency of eating snacks	Increase	65(31.9)	33(34.0)	32(29.9)	2.67
	No change	93(45.6)	47(48.5)	46(43.0)	
	Decrease	46(22.5)	17(17.5)	29(27.1)	
Portion size	Increase	61(29.9)	23(23.7)	38(35.5)	3.60
	No change	118(57.8)	60(61.9)	58(54.2)	
	Decrease	25(12.3)	14(14.4)	11(10.3)	
Food diversity	Increase	72(35.3)	29(29.9)	43(40.2)	3.86
	No change	67(32.8)	31(32.0)	36(33.6)	
	Decrease	65(31.9)	37(38.1)	28(26.2)	
Frequency of reading nutrition & food labels	Increase	91(44.6)	42(43.3)	49(45.8)	2.29
	No change	85(41.7)	38(39.2)	47(43.9)	
	Decrease	28(13.7)	17(17.5)	11(10.3)	

석한 결과, 모든 항목에서 유의적인 차이는 없었다(Table 6).

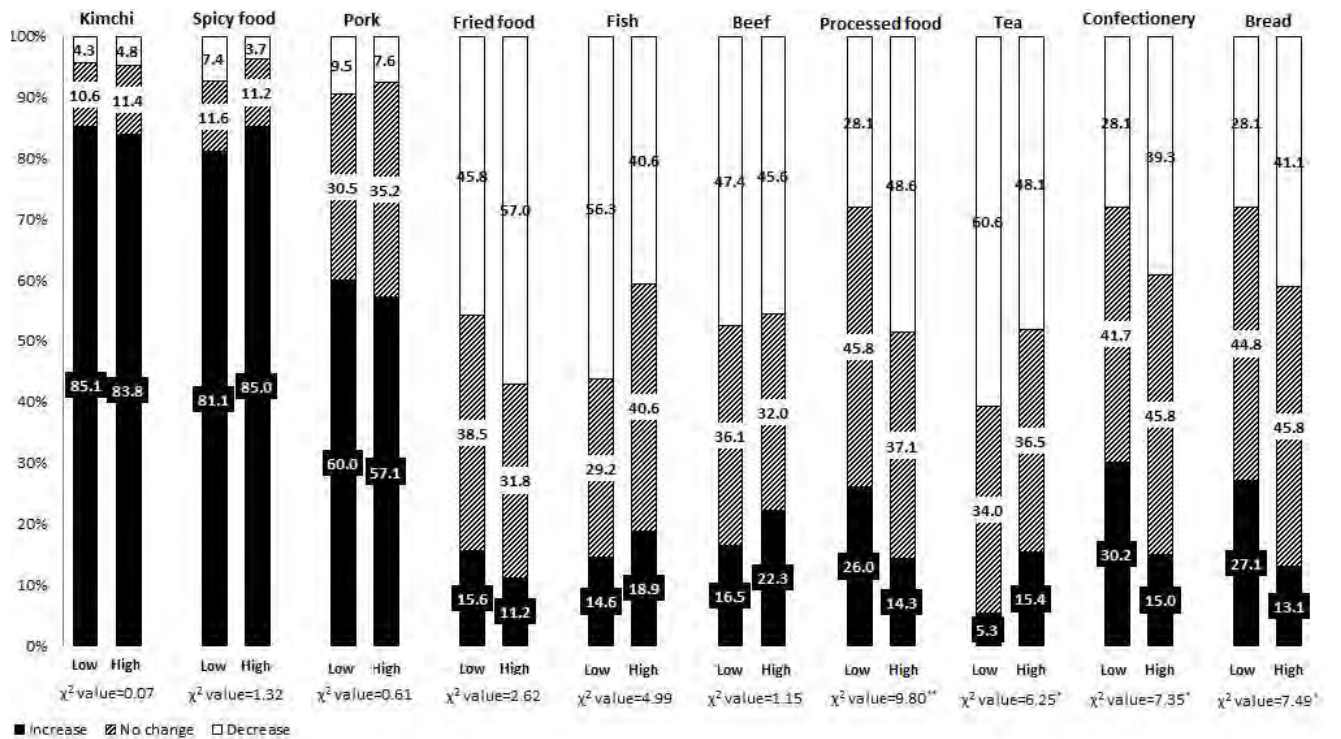
전반적으로 한국 이주 후 외식횟수에 대해서는 감소했다는 응답이 가장 많은 반면, 가정에서의 조리횟수, 식품섭취의 다양성, 식품 또는 영양표시를 읽는 횟수에 대해서는 증가했다는 응답이 가장 많았다. 한편, 결식횟수, 간식횟수, 1인 분량에 대해서는 한국 이주 후 변하지 않았다는 응답이 가장 많았다. 즉, 일본인 여성결혼이민자는 한국 이주 후 외식보다는 가정에서 직접 조리하며, 다양한 식품을 섭취하고 영양표시 정보를 확인하는 등 식습관이 바람직한 방향으로 변화했음을 알 수 있었다. 중국인 여성결혼이민자 대상 연구(Asano K *et al* 2015)에서도 식생활 고적응군은 식생활 저적응군에 비해 결식횟수는 감소하고 다양한 식품섭취는 증가하여 식생활적응 수준에 따른 식습관 양상은 본 연구결과와 유사하였다.

Kim H 등(2010)의 연구에서 여성결혼이민자의 식습관은 출신 국가에 따라 차이를 보였는데, 일본인 여성결혼이민자는 중국, 베트남, 필리핀, 캄보디아 등 다른 국가 출신에 비해 채소와 고기 모두를 선호하고(78.8%) 규칙적으로 식사하며(61.0%), 튀김보다는 끓이거나 찐 음식을 섭취하고(58.9%) 짜거나 매운 음식 섭취는 적어 상대적으로 건강한 식습관을 지니고 있다고 보고하였다. 그러나 일본인 여성결혼이민자는 남편, 그리고 시부모님과 식습관 차이에서 갈등을 겪는 것으로 보고(Chung K 2008; Lee JH 2012)되고 있다.

7. 식생활 저적응군과 식생활 고적응군의 한국 이주 후 식품섭취빈도 변화

한국 이주 후 일본인 여성결혼이민자의 다양한 식품에 대한 섭취빈도 변화를 조사한 후, 섭취빈도의 증가 또는 감소 비율이 다른 식품에 비해 높게 나타난 식품들과 식생활 저적응군과 식생활 고적응군 간 유의적인 차이를 보인 식품들을 Fig. 1에 제시하였다.

김치와 매운 음식 섭취빈도에 대해 식생활 저적응군과 식생활 고적응군 모두에서 한국 이주 후 증가했다는 응답이 80% 이상이나 되어 다른 식품에 비해 증가 비율이 상당히 높았다. 그러나 맵고 짠 음식에 대한 일본인 여성결혼이민자의 선호도는 다른 국적 출신 여성결혼이민자에 비해 상대적으로 낮은 것으로 보고되었다(Yoo S & Cho HI 2012). 또한 돼지고기 섭취빈도도 두 군 모두에서 응답자의 약 60% 정도는 한국 이주 후 증가한 것으로 나타났는데, 다른 연구(Park YI 2009)에서도 일본인 여성결혼이민자는 한국 이주 후 조리 시 육류 중 돼지고기 이용이 이주 전에 비해 약 10% 증가한 것으로 보고되어 본 연구결과와 유사한 경향을 보였다. 반면 튀김 음식, 생선, 쇠고기 섭취빈도는 두 군 모두에서 감소했다는 응답이 40% 이상으로 다른 식품의 섭취빈도 감소율과 비교해 상대적으로 높았다. 중국인 여성결혼이민자 대상 연구(Asano K *et al* 2014)에서는 한국 이주 후 김치, 채소, 과일,



* p<0.05, ** p<0.01

Fig. 1. The change in food intake of Japanese female marriage immigrants by the level of dietary adaptation after immigration to Korea.

육류의 섭취빈도가 증가했다는 응답이 다른 식품에 비해 높았다. 또한 베트남인 여성결혼이민자 대상 연구(Kim SH *et al* 2009)에서는 한국 이주 후 육류, 생선류, 유제품, 채소류, 과일류의 섭취량이 증가했다는 응답이 50% 이상으로 높아 출신 국가별 한국 이주 후 식품섭취빈도 변화에 차이가 있었다.

가공식품 섭취빈도의 경우, 식생활 저적응군에서는 변하지 않았다(45.8%)는 응답이 가장 많았으나, 식생활 고적응군에서는 감소했다(48.6%)는 응답이 가장 많아 두 군 간에 유의적인 차이가 있었다($p<0.01$). 차 섭취빈도는 식생활 저적응군에서 한국 이주 전과 비교해 감소했다는 응답이 61%나 되었으나, 식생활 고적응군에서는 증가했다는 응답(15.4%)이 식생활 저적응군(5.3%)보다 3배 정도 많게 나타나 유의적인 차이를 보였다($p<0.05$).

과자 섭취빈도에 대해서는 두 군 모두에서 변하지 않았다는 응답이 가장 많았으나, 식생활 저적응군에서는 증가했다(30.2%)는 응답이, 식생활 고적응군에서는 감소했다(39.3%)는 응답이 그 뒤를 이어 두 군간 응답분포에 유의적인 차이를 보였다($p<0.05$). 빵 섭취빈도의 경우 두 군 모두에서 변하지 않았다는 응답이 가장 많았으나, 식생활 저적응군에서는 증가했다(27.1%)는 응답이 식생활 고적응군(13.1%)에 비해 약 2배 많아 유의적인 차이가 있었다($p<0.05$).

이상의 결과에서 일본인 여성결혼이민자는 한국 이주 후 다른 식품에 비해 특히 김치, 매운 음식, 돼지고기의 섭취빈도가 증가했으며, 튀긴 음식, 생선, 쇠고기의 섭취빈도는 감소한 것으로 나타났다. 또한 일본인 여성결혼이민자 중 식생활 고적응군은 한국 이주 후 가공식품, 차, 과자, 빵 섭취빈도에서 식생활 저적응군에 비해 식품섭취빈도가 긍정적인 방향으로 변화되어 유의한 차이를 보였다.

8. 식생활 저적응군과 식생활 고적응군의 건강 특성

일본인 여성결혼이민자의 건강 특성을 식생활 저적응군과 식생활 고적응군에 따라 분석한 결과는 Table 7과 같다. 건강수준을 예측하는 중요한 지표로 활용되고 있는 주관적 건강지위에 대해 식생활 저적응군에서는 보통이라는 응답(47.4%)이 가장 많았고 다음으로 나쁘다(37.1%)이었다. 식생활 고적응군에서는 좋다와 보통이라는 응답이 각각 39%로 가장 많아 두 군 간 응답분포에 유의적인 차이가 있었다($p<0.001$). 즉, 식생활 고적응군은 주관적 건강상태에 대해 식생활 저적응군 보다 좋게 인식하고 있었다. 2012년 전국 다문화 실태 조사 연구(Jeon KT *et al* 2013)에서 본인의 전반적인 건강상태가 좋다(매우 좋다+좋다)는 응답이 62%이었는데, 이와 비교해 보면 본 연구 대상자인 일본인 여성결혼이민자는 다른 국가 출신 여성결혼이민자에 비해 주관적 건강상태에 대해 좋게 평가하는 응답(28.9%)이 상당히 낮음을 알 수 있었다.

한국 이주 후 주관적 건강지위 변화에 대해서는 두 군 모두에서 한국 이주 전과 비교해 변하지 않았다는 응답이 과반수로 가장 많았고, 이주 전보다 나쁘다(27.5%)는 응답이 좋다(14.7%)는 응답보다 13% 가까이 많았다. 한국 이주 후 주관적 식생활 변화에 대해서는 식생활 저적응군의 절반은 변하지 않았다는 응답(49.5%)이 가장 많은 반면, 식생활 고적응군에서는 한국 이주 전과 비교해 더 건강한 식생활을 하고 있다는 응답(51.4%)이 가장 많아 두 군 간 응답분포에 유의적인 차이를 보였다($p<0.01$). 또한 식생활 저적응군에서는 한국 이주 후 주관적 식생활이 이주 전보다 더 나빠졌다는 응답도 20%나 되었다. 식생활 고적응군은 한국 이주 후 식생활에 대해 식생활 저적응군 보다는 이주 전과 비교해 개선된 것으로 평가하고 있음을 알 수 있었다.

한국 이주 후 체중변화에 대해서는 식생활 저적응군(47.4%)과 식생활 고적응군(56.1%) 모두에서 증가했다는 응답이 가장 많았다. 다른 연구(Jeon MY *et al* 2012)에서도 일본인 여성결혼이민자는 체중조절에 대해 노력하지 않는다는 응답이 과반수로 가장 많아 규칙적인 운동과 건강한 식생활을 통한 체중관리가 반드시 필요한 것으로 나타났다. 일본인 여성결혼이민자의 비만도를 체질량지수로 조사한 결과, 약 10%는 저체중이었고, 57%는 정상체중에 속하였으나, 과체중과 비만인 경우가 무려 1/3이나 되었다. 이는 Han YH 등(2011)의 연구에서 보고된 아시아 출신 여성결혼이민자의 체질량지수 분포(저체중: 18.4%, 정상: 69.4%, 과체중 또는 비만: 12.3%)와 비교해 볼 때, 저체중율은 약간 낮고 정상비율은 비슷하나 과체중과 비만 비율은 상당히 높은 수준으로 영양과잉이 우려되었다. 충북지역 여성결혼이민자 대상 연구(Jeon MY *et al* 2012)에서 비만율은 중국, 일본, 필리핀, 베트남 순으로 높았으며, 특히 베트남인 여성결혼이민자는 저체중율이 높은 것으로 보고되었다.

조사대상자 모두가 비흡연자이었고 대부분이 비음주자(96.1%)이었으나, 규칙적인 운동을 하지 않는다는 응답은 61%에 달했다. 일본, 중국, 베트남, 필리핀, 캄보디아, 몽골, 태국 여성결혼이민자를 대상으로 건강상태 등에 대해 조사한 연구(Yoo S & Cho HI 2012)에서도 일본인 여성결혼이민자 모두 비흡연자이었고, 음주율도 10%로 낮았으나, 응답자의 약 3/4이 규칙적인 운동을 하지 않는 것으로 나타나 본 연구결과와 유사한 경향을 보였다. 한편, 여성결혼이민자의 출신국별 건강행위를 비교·분석한 연구(Yang SJ 2011)에서는 여성결혼이민자의 한국 거주기간이 길어질수록 음주율은 증가하며 한국 거주기간이 5년 이하인 경우보다 5년 이상인 경우 음주율은 2.95배 증가하는 양상을 보였다고 보고하였다. 또한 여성이민자의 경우 사회문화적 적응과정을 거치면서 체류기간이 길어질수록 흡연율도 증가한다는 보고(Lara M *et al* 2005)도 있

Table 7. The health-related characteristics of Japanese female marriage immigrants by the level of dietary adaptation in Korea n(%)

		Total (n=204)	Low dietary adaptation group (n=97)	High dietary adaptation group (n=107)	χ^2 value
Health status					
Perceived health status	Good	59(28.9)	15(15.5)	42(39.3)	15.38***
	Normal	88(43.1)	46(47.4)	42(39.3)	
	Bad	57(27.9)	36(37.1)	23(21.5)	
Perceived change in health status after immigration	Better than before immigration	30(14.7)	9(9.3)	21(19.6)	5.10
	No change	118(57.8)	57(58.8)	61(57.0)	
	Worse than before immigration	56(27.5)	31(32.0)	25(23.4)	
Perceived change in dietary life after immigration	Healthier than before immigration	85(41.7)	30(30.9)	55(51.4)	10.08**
	No change	90(44.1)	48(49.5)	42(39.3)	
	Less healthy than before immigration	29(14.2)	19(19.6)	10(9.3)	
Perceived change in weight after immigration	Increase	106(52.0)	46(47.4)	60(56.1)	3.99
	No change	58(28.4)	34(35.1)	24(22.4)	
	Decrease	40(19.6)	17(17.5)	23(21.5)	
Weight status ¹⁾	Underweight	20(9.8)	10(10.3)	10(9.3)	3.62
	Normal	116(56.9)	56(57.7)	60(56.1)	
	Overweight	39(19.1)	14(14.4)	25(23.4)	
	Obese	29(14.2)	17(17.5)	12(11.2)	
Health behavior					
Current smoking	Yes	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	NA ²⁾
	No	204(100.0)	97(100.0)	107(100.0)	
Current alcohol drinking	Yes	8(3.9)	4(4.1)	4(3.7)	0.02 ³⁾
	No	196(96.1)	93(95.9)	103(96.3)	
Current regular exercise	Yes	80(39.2)	37(38.1)	43(40.2)	0.09
	No	124(60.8)	60(61.9)	64(59.8)	

¹⁾ By BMI: Underweight(<18.5), Normal(18.5~22.9), Overweight(23.0~24.9), Obese(\geq 25.0)

²⁾ Not available

³⁾ 50% of the cells had expected counts of less than 5. Therefore, Fisher's exact test was used to examine the significance of the association between the two kinds of classification.

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

다. 그러나 본 연구 대상인 일본인 여성결혼이민자의 한국 거주기간은 상대적으로 길었음에도 불구하고 흡연율과 음주율에서 선행연구와 다른 양상을 보였다. 규칙적인 운동을 실행하고 있는 일본인 여성결혼이민자의 비율은 저조하였는데, 만성질환 예방 및 관리를 위해 평소 규칙적인 운동의 실천이 시급한 것으로 나타났다. 이처럼 여성결혼이민자의 신체활동 실

천율이 낮은 것에 대해 Dogra S 등(2010)은 이민자들이 비교적 건강한 상태에서 이민을 왔지만 사회경제적 수준이 낮고 신체적 활동을 할 시간적 여유가 거의 없으며 이를 위해 투입되는 비용 때문이라고 지적하였다.

한국으로 이주한 여성결혼이민자는 이주 후 새로운 문화적·사회적 환경에서 적응과정을 거치며 기존의 건강행위가

단절되거나 변형될 수도 있기에(Yang SJ 2011) 이들의 건강 수준 향상과 만성질환 예방 차원에서 이러한 건강 특성 결과를 근거로 여성결혼이민자 대상 건강증진 프로그램을 개발하며 출신 국가를 고려하여 적용하는 것이 바람직하겠다.

요약 및 결론

본 연구는 일본인 여성결혼이민자를 대상으로 한국 식생활 적응도에 따른 식생활 실태, 한식에 대한 인식, 건강한 식행동, 한국 이주 후 식습관 및 식품섭취빈도 변화, 건강 특성을 비교·분석하였다. 이를 위해 한국인 남편과 결혼하여 한국에 거주하고 만 7~18세의 학령기 아동을 한 명 이상 둔 일본인 여성결혼이민자를 대상으로 설문조사를 실시하였다. 수집된 총 243부의 자료 중 부실 기재된 39부를 제외한 총 204부를 분석에 이용하였다. 주요 연구결과를 요약하면 다음과 같다.

1. 식생활적응도(5점 척도)의 평균값인 3.68을 기준으로 식생활 저적응군(평균 3.12)과 식생활 고적응군(평균 4.19)으로 나누어 분석한 결과, 한국 거주기간에 대해 식생활 고적응군에서는 15년 이상이라는 응답이 73%로 식생활 저적응군(49.4%)보다 높았다. 연령대는 40대가 과반수이었고 2/3 이상이 현재 직업이 있었으며, 종교로는 통일교가 86%로 가장 많았다.
2. 식생활실태 분석 결과, 음식선택 시 가장 중요하게 고려하는 사항으로 식생활 저적응군에서는 건강이라는 응답이 식생활 고적응군에서 보다 20%나 낮은 반면, 맛이라는 응답은 약 두 배 높았다. 한식을 매일 섭취한다는 응답은 식생활 저적응군(45.4%)에 비해 식생활 고적응군(72.9%)에서 상대적으로 많았다. 일식 섭취빈도의 경우 식생활 고적응군에서는 거의 섭취하지 않는다(54.7%), 식생활 저적응군에서는 주 1~2일 섭취한다(39.6%)가 가장 많았다.
3. 한식에 대한 인식 평가 항목 중 ‘한국 음식은 건강에 좋다’와 ‘한국 음식은 맛있다’에서 식생활 고적응군의 점수가 식생활 저적응군에 비해 높았다. 반면 ‘한국 음식은 만들기 어렵다’에서는 식생활 저적응군(3.46점)의 점수가 식생활 고적응군(3.11점)보다 높았다.
4. 건강한 식행동 수준에 대한 평균값은 3.24점이었고, 전반적으로 식생활 저적응군(3.20점)과 식생활 고적응군(3.28점)간에 유의적 차이는 없었으나, 식생활 고적응군이 식생활 저적응군에 비해 채소섭취는 많고 간식섭취는 적었다.
5. 한국 이주 후 식품섭취빈도 변화를 보면, 특히 김치, 매운 음식, 돼지고기의 섭취빈도가 증가했으며, 튀긴 음식, 생선, 쇠고기의 섭취빈도는 감소하였다. 또한 식생활 고적응군은 한국 이주 후 가공식품, 차, 과자, 빵 섭취빈도에서

식생활 저적응군에 비해 긍정적인 방향으로 변화되어 유의한 차이를 보였다.

6. 주관적 건강지위에 대해 식생활 저적응군에서는 보통이다(47.4%), 식생활 고적응군에서는 좋다(39.3%)와 보통이다(39.3%)가 가장 많았다. 한국 이주 후 주관적 식생활에 대해 식생활 저적응군에서는 변하지 않았다(49.5%), 식생활 고적응군에서는 더 건강한 식생활을 하고 있다(51.4%)가 가장 많았다. 한국 이주 후 체중은 두 군 모두에서 증가했다는 응답이 가장 많았으며, 과반수가 정상체중에 속하였다. 모두 비흡연자이었고 대부분이(96.1%)이 비음주자이었으나 약 2/5만이 현재 규칙적인 운동을 하고 있었다.

이상에서와 같이 일본인 여성결혼이민자는 주로 통일교 주선으로 한국으로 결혼 이주하였으며, 다른 국가 출신 여성결혼이민자에 비해 평균 한국 거주기간이 상대적으로 길었다. 또한 한국 식생활에 잘 적응한 일본인 여성결혼이민자는 잘 적응하지 못한 여성결혼이민자에 비해 한국 거주기간이 길었고, 한식에 대해 긍정적인 인식을 가지고 보다 바람직한 식생활을 하고 있었으며, 주관적 건강지위도 높고 한국 이주 전에 비해 건강한 식생활을 하고 있었다. 따라서 일본인 여성결혼이민자의 건강증진을 위한 식생활관련 프로그램 개발 시 한국 식생활적응 수준을 고려하는 것이 효과적일 것이다. 또한 여성결혼이민자를 대상으로 하는 기존의 각종 지원정책과 프로그램은 출신 국가에 대한 고려 없이 전체 여성결혼이민자를 동질적 집단으로 보고 시행되거나, 주로 한국 이주 초기단계인 여성결혼이민자의 한국 사회적 지원에 치중되어 있기에 출신 국가별로 다양한 특성과 차이를 적극 반영하여 차별화된 방향으로 전환할 필요가 있겠다.

본 연구는 다른 출신 국가 여성결혼이민자에 비해 한국에 장기 거주하는 비율이 높은 일본인 여성결혼이민자를 대상으로 하였기에 향후 베트남, 필리핀, 태국 등의 여성결혼이민자들이 한국에서 생활하면서 겪게 될 식생활과 건강 특성 등에 대한 예측자료로 활용 가능하다는 점에서 의의가 있다.

감사의 글

본 연구는 서울대학교 생활과학연구소 다문화생활교육센터(Multicultural Human Ecology Center)의 지원을 받아 수행되었습니다.

REFERENCES

- Asano K, Yoon J, Ryu SH (2014) Chinese female marriage immigrants' dietary life after immigration to Korea: comparison between Han-Chinese and Korean-Chinese. *Korean*

- J Community Nutr* 9: 317-327.
- Asano K, Yoon J, Ryu SH (2015) Factors related to Korean dietary adaptation in Chinese female marriage immigrants living in the Seoul metropolitan area. *J East Asian Soc Dietary Life* 25: 234-245.
- Cha SM, Bu SY, Kim EJ, Kim MH, Choi MK (2012) Study of dietary attitudes and diet management of married immigrant women in Korea according to residence period. *J Korean Diet Assoc* 18: 297-307.
- Chung K (2008) International marriage migrant women's Korean migration and their adjustment of life in Korea. *Stud Humanit Soc Sci* 20: 69-104.
- Dogra S, Meisner BA, Ardem CI (2010) Variation in mode of physical activity by ethnicity and time since immigration: a cross-sectional analysis. *Int J Behav Nutr Phys Activ* 7. <http://www.ijbnpa.org/content/7/1/75> (accessed on 20. 8. 2015)
- Gray VB, Cossman JS, Dodson WL, Byrd SH (2005) Dietary acculturation of Hispanic immigrants in Mississippi. *Salud Pblica Mex* 47: 351-360.
- Han YH, Shin WS, Kim JN (2011) Special theme: multicultural society and the identity of migrants; influential factor on Korean dietary life and eating behaviour of female marriage migrants. *Comp Korean Stud* 19: 115-159.
- Hyun KJ, Kim YS (2011) Development of a Korean life adaptation measure for female marriage immigrants. *Health Soc Welf Rev* 31: 63-100.
- Jeon KT, Chung HS, Kim YS, Kim YR, Joo JS, Kim HY, ...Tong C (2013) A study on the national survey of multicultural families 2012. *Ministry of Gender Equality & Family Report No.* 2012-59.
- Jeon MY, Kim HS, Kim HJ, Lee HJ (2012) The comparative analysis of health behaviors, health Status, and health care utilization by the homeland of the internationally married women immigrants living in Chungbuk. *J Korea Acad Industr Coop Soc* 13: 3500-3512.
- Kim H, Yoo S, Cho S, Kwon EJ, Kim S, Park JY (2010) Health status and associated health risks among female marriage immigrants in Korea. *Korean J Health Edu Promot* 27: 79-89.
- Kim HR, Paik SH, Jung HW, Lee AR, Kim E (2011) Survey on dietary behaviors and needs for nutrition services, and development contents of nutrition education for female immigrants in multi-cultural families in Korea. *Korean Institute for Health and Social Affairs Report No.* 2011-67.
- Kim JM, Lee HS, Kim MH (2012) Food adaptation and nutrient intake of female immigrants into Korea through marriage. *Korean J Nutr* 45: 159-169.
- Kim K (2012) Married immigrant women's social networks and life satisfaction in Korea: the case of women from China, Vietnam, and Japan. *Korea J Popul Stud* 35: 185-208.
- Kim KJ (2011) Thoughts on multicultural family issues in a new religion- focusing on Japanese immigrant wives of the Unification Church. *J New Relig* 24: 327-361.
- 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: 22-30.
- Lara M, Gamboa C, Kahramanian MI, Morales LS, Bautista DE (2005) Acculturation and Latino health in the United States: a review of the literature and its sociopolitical context. *Annu Rev Public Health* 26: 367-397.
- Lee JH (2012) A study of life history on Japanese immigrant wives in Korea. *Jpn Mod Assoc Korea* 35: 233-254.
- Lee JS (2012) The factors for Korean dietary life adaptation of female immigrants in multi-cultural families in Busan. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 41: 807-815.
- Ministry of Justice (2015) Status of a foreign spouse of a Korean national by regions and nationalities. Available from <http://www.moj.go.kr/> Accessed August 24, 2015.
- Nam S (2010) A study on an acculturation model for the realization of a Korea multicultural community among Japanese, Chinese, Korean-Chinese, Vietnamese, and Philippine female marriage-based immigrants living in Gwangju City and Jeollanam-do province. *Korean J Human Dev* 17: 19-51.
- Oh KS (2010) Marital conflict in relation with dietary adaptation and acculturation stress among married immigrant women. *Ph D Dissertation* Jeonbuk University, Jeonbuk. pp 73.
- Park YI (2009) A study on multi-cultural family wives adapting to Korean cuisine and dietary patterns. *MS Thesis* Sookmyung Women's University, Seoul. pp 22, 81, 97.
- Rosenmöller DL, Gasevic D, Seidell Jaap, Lear SA (2011) Determinants of changes in dietary patterns among Chinese immigrants: a cross-sectional analysis. *Int J Behav Nutr Phys*

- Activ* 8. <http://www.ijbnpa.org/content/8/1/42> (accessed on 20. 6. 2015)
- Seol DH, Lee H, Cho SN (2006) Marriage-based immigrants and their families in Korea: current status and policy measures. *Ministry of Gender Equality & Family Report No.* 2006-55.
- Shin BG, Kwon YJ (2010) Research articles: difference analysis on the cognition, image, attitude, and globalization of Korean foods among American, Chinese, and Japanese groups. *J Foodserv Manage* 13: 311-332.
- So J, Han SN (2012) Diet-related behaviors, perception and food preferences of multicultural families with Vietnamese wives. *Korean J Community Nutr* 17: 589-602.
- World Health Organization Western Pacific Region (2000) The Asia-Pacific perspective: Redefining obesity and its treatment. Available from http://www.wpro.who.int/nutrition/documents/Redefining_obesity/en/ Accessed March 20, 2015.
- Yang SJ (2011) Health behaviors and related factors among Asian immigrant women in Korea by ethnicity. *J Korean Acad Community Health Nurs* 22: 66-74.
- Yoo S, Cho HI (2012) Heterogeneity in obesity status and cardiovascular risks in multiethnic Asian female immigrants in South Korea. *Asia Pac J Public Health* 27: NP448-456.

Date Received	Sep. 14, 2015
Date Revised	Oct. 15, 2015
Date Accepted	Oct. 15, 2015