

제천시 방문요양보호사의 약선에 대한 인식, 식사준비 행동 및 영양지식에 관한 연구

민 성 희^{1*} · 김 도 희²

¹세명대학교 바이오식품영양학부 교수, ²자연음식문화연구원 대표

Study on the Perception of *Yakseon*, Meal Preparation Behavior, and Nutrition Knowledge among Home-visit Caregivers in the Jecheon Area

Sung Hee Min^{1*} and Do Hee Kim²

¹Professor, School of Food and Nutrition Science for Bioindustry, Semyung University, Jecheon 27136, Republic of Korea

²CEO, Natural Food Culture Research Institute, Jecheon 27201, Republic of Korea

ABSTRACT

This study investigated the perceptions of home-visit caregivers in Jecheon-si, Korea, with respect to *Yakseon* (medicinal food), meal preparation practices, and nutrition knowledge. It examined the factors associated with their perceptions and service-related needs to inform tailored *Yakseon* meal services for older adults who are dependent on care. Data regarding demographic characteristics, perceptions of *Yakseon*, meal preparation behaviors, and nutrition knowledge were collected from 98 home-visit caregivers using a structured questionnaire. All participants were female, and 49.0% were in their 60s. Caregivers working ≥ 9 h/day had significantly stronger perceptions regarding the preventive effects of *Yakseon* than those working < 9 h/day. Caregivers working 4–8 h/day or ≥ 9 h/day also reported a significantly greater need to develop a *Yakseon*-based menu than those working < 4 h/day. Caregivers directly involved in meal preparation had significantly more positive perceptions of *Yakseon*'s disease-preventive and anti-aging effects. A greater awareness of *Yakseon* was associated with more favorable perceptions of its taste and efficacy. Caregivers with previous experience of serving *Yakseon* also reported significantly higher ratings for its taste, disease-preventive, and anti-aging effects and placed greater importance on ingredient costs. Nutrition knowledge scores were significantly higher among caregivers working longer hours, whereas caregiving duration was not significantly associated with nutrition knowledge. These findings suggest that home-visit caregivers, particularly those working longer hours, may play an important role in implementing *Yakseon*-based meal services for older adults. Practical guidelines on *Yakseon*, disease-specific culinary training, and education on affordable medicinal ingredients may improve service quality and feasibility. However, caution is warranted when generalizing these findings to other regions because local dietary practices may differ.

Key words: caregiver, *Yakseon* perception, meal preparation, nutrition knowledge, Jecheon

서 론

우리나라는 세계에서 가장 빠른 속도로 고령화가 진행되고 있다(Lee HJ & An OH 2025). 국가데이터처에 따르면(Ministry of Data and Statistics 2025) 2025년 기준 전체 인구 중 65세 이상 고령인구 비중이 20.3%에 도달하였으며, 저출산·고령사회위원회(Presidential Committee on Ageing Society and Population Policy 2025) 또한 우리나라가 세계에서 가장 빠르게 초고령사회에 진입하고 있음을 보고한 바 있다. 고령인구의 급격한 증가로 장기요양서비스 수요가 2043년에는 2023년 대비 약 2.4배 이상 증가할 것으로 전망된다(Korea

Development Institute 2026).

이와 같은 수요 증가에 대응하기 위해 장기요양보험 제도는 지속적으로 확대되고 있으며, 장기요양 수급자 비율 또한 2020년 10.1%에서 2024년 11.2%로 증가하여 현재 약 65세 이상 노인의 11%가 서비스를 이용하고 있다(National Health Insurance Service 2025). 특히 재가 중심의 돌봄서비스가 강화되면서 방문요양서비스의 중요성이 더욱 부각되고 있으며, 방문요양보호사는 노인의 일상생활 지원뿐만 아니라 식사준비와 영양 관리 등 생활 전반에 직접적인 영향을 미치는 핵심 인력으로 자리매김하고 있다(Chang HS 2011; Shin CJ & Lee SS 2012). 그러나 요양보호사 인력은 양적 증가에도 불구하고 구조적 한계를 동시에 보이고 있는데, 특히 종사자의 고령화가 심화되고 있어, 향후 인력의 질적 저하 및 노동

* Corresponding author : Sung Hee Min, Tel: +82-43-649-1432, Fax: +82-43-649-1759, E-mail: shmin@semyung.ac.kr

생산성 감소 문제가 제기되고 있다(Korea Development Institute 2026). 이러한 상황은 서비스의 질적 향상을 위한 체계적인 교육 및 전문성 강화의 필요성을 더욱 부각시킨다.

방문요양서비스에서 제공되는 식사 준비는 단순한 가사 지원을 넘어 노인의 건강 유지와 질병 예방에 중요한 역할을 한다. 노인은 생리적 기능 저하, 만성질환, 저작 및 연하 기능 저하 등으로 인해 영양불균형 위험이 높으며(Ham SW & Kim KH 2020), 이에 따라 개인의 건강 상태를 고려한 맞춤형 식사 관리가 필수적이다. 그럼에도 불구하고 실제 현장에서는 시간 제약, 교육 부족, 표준화된 지침의 미비 등으로 인해 체계적인 영양 관리가 충분히 이루어지지 못하는 한계가 존재한다(Bang HK & Kim MO 2023; Choi SY 등 2025).

요양보호사의 식사 제공과 관련된 선행연구는 주로 식사 보조 실태, 영양지식과 수행도, 중재 프로그램 효과, 그리고 급식 환경 요인 등을 중심으로 이루어져 왔다(Bae JS 등 2013; Choi JH 등 2019; Choi SY 등 2025). 재가 장기요양기관을 대상으로 한 연구에서는 요양보호사가 식사 도움 서비스 제공뿐만 아니라 직접 음식 조리까지 수행하는 비율이 높은 것으로 나타나, 이들이 노인의 일상 식생활을 실질적으로 관리하는 주체임이 확인되었다(Park DJ & Jung SM 2019). 요양보호사의 영양 지식 수준이 식사 보조 수행도와 식생활 관련 서비스의 질에 영향을 준다는 연구(Kim WJ 2020)와 최근에는 요양보호사의 식사 보조 역량 강화를 위한 중재 연구도 이루어지고 있다. 치매 노인을 대상으로 한 식사 행동장애 대처기술훈련 프로그램 연구에서는 요양보호사의 식사 지식과 수행 행동이 향상되었으며, 노인의 식사 어려움 및 체질량지수 개선에도 긍정적인 효과가 확인되었다(Hong HH & Gu MO 2018). 종합하면, 기존 연구들은 요양보호사가 노인의 식사 제공 과정에서 핵심적인 역할을 수행하며, 이들의 영양지식과 교육 수준이 서비스 질에 중요한 영향을 미친다는 점을 일관되게 보고하고 있다(Seo EH & Park EJ 2016; Choi JH 등 2019; Lee JH & Park CY 2019). 그러나 대부분의 연구는 식사 보조 수행이나 영양 지식 수준에 초점을 두고 있었고(Choi EY 등 2018; Lee JH & Park CY 2019), 실제 식사 준비 행동의 구체적 특성과 약선 등 기능성 식이 적용 가능성에 대한 연구는 부족한 실정이다.

최근 건강 기능성과 전통 식이요법을 결합한 ‘약선(藥膳)’에 대한 관심이 증가하고 있다. 약선은 식재료의 기능성과 개인의 체질 및 질병 상태를 고려한 맞춤형 식이요법으로, 노인의 만성질환 관리 및 면역력 증진에 기여할 수 있는 잠재력을 지닌다. 그러나 그동안의 연구는 주로 약선의 개념 정립과 인지에 집중되어 왔고(Park KT & Kim DW 2003; Lee SM 2013; Song YM & Jo MN 2016), 대상자와 가장 가까이 상호 작용하며 식사 준비를 직접 수행하는 주체인 이들 방문요양

보호사의 인식이 식사 서비스에도 직접적으로 영향을 줄 수 있음에도 불구하고 실제 돌봄 현장에서 요양보호사의 약선 인식과 식사준비 행동에 대한 연구는 찾아볼 수 없었다.

따라서 본 연구는 방문요양보호사의 근무 특성, 약선에 대한 인식, 식사준비 행동 특성 및 영양지식 수준을 파악하여 방문요양보호사의 식사관리 역량강화를 위한 기초자료를 제공하는 것을 목표로 수행되었다.

연구방법

1. 조사대상 및 조사기간

본 연구에서 조사대상은 충청북도 제천시에 거주하며 방문요양 서비스를 제공하는 요양보호사 100명으로 선정하였다. 자료는 2021년 11월 5일부터 11월 12일까지 설문조사로 수집하였다. 회수된 설문지 총 100부 중 중복응답, 일괄응답 및 무응답 등 불성실하게 응답된 2부를 제외한 98부를 최종 분석에 사용하였다.

2. 조사내용 및 방법

본 연구의 조사 도구는 선행연구를 참고하여(Sim KH 2011; Kim HM 등 2021) 연구 목적에 부합하도록 설문문항을 구성한 후, 요양보호사 5인을 대상으로 예비조사를 실시하여 문항의 이해도와 적절성을 검토한 뒤 수정·보완하여 본 조사에 사용하였다. 설문지는 조사대상자의 일반적 특성, 약선 인식, 식사 준비, 영양지식으로 구성하였다. 일반적 특성에는 성별, 연령, 근무 경력, 1일 근무시간, 직접 조리 여부 및 약선 제공 여부가 포함되었고, ‘약선에 대해 알고 있는가’ 문항은 ‘알고 있다’, ‘보통’, ‘모른다’로 3점법으로 하여 고인지도군, 중인지도군, 저인지도군으로 구분하였다. 그 외 약선에 대한 인식 6문항, 식사 준비 관련 6문항, 영양 지식 10문항으로 구성하였다. 약선에 대한 인식과 식사 준비 관련 문항은 5점 Likert 척도를 사용하여 ‘매우 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점까지로 측정하였다. 영양 지식은 10문항으로 구성하였으며, 각 문항에 대해 정답은 1점, 오답은 0점으로 처리한 후 총점을 산출하여 분석에 활용하였다. 조사 도구의 신뢰도를 분석한 결과, 약선 인식 척도의 Cronbach's α 는 0.80, 식사 준비 척도는 0.89로 나타났으며, 영양지식 문항의 KR-20 계수는 0.87로 나타났다. 이는 모든 척도에서 내적 일관성이 양호한 수준임을 의미하였다. 자료 수집은 요양보호사 관리기관을 방문하여 연구의 목적과 취지를 설명한 후, 연구 참여에 동의한 대상자에게 설문지를 직접 배부하고 회수하는 방식으로 이루어졌다. 대면 조사가 어려운 경우에는 관리기관에 동의서와 설문지를 비치하여 대상자가 작성하도록 한 후 회수하였다. 모든 대상자는 연구 내용에 대한 충분한 설명을 듣고 자발적 참여 의사를 밝힌 후 자기기입식으로

설문에 응답하였다. 본 연구는 세명대학교 기관생명윤리위원회의 승인을 받은 후 수행되었다(승인번호: SMU-2021-09-002-01).

3. 자료 분석

수집된 자료는 SPSS Statistics(ver. 26, IBM Corp., Armonk, NY, USA)를 이용하여 분석하였다. 일반적 특성과 주요 변수에 대해서는 빈도분석을 실시하였으며, 대상자의 특성에 따른 식사 제공 현황과 약선 인식, 식사준비 행동 및 영양지식의 차이를 검증하기 위해 *t*-test와 일원분산분석을 수행하였다. 유의수준 $\alpha=0.05$ 에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 경우 Duncan의 다중범위검정을 이용하여 사후검정을 실시하였다.

결과 및 고찰

1. 조사 대상자의 일반 특성

조사 대상자는 모두 여성이었으며 연령 분포는 40대가 7.1%, 50대가 39.8%, 60대가 49.0%였으며 70세 이상도 4.1%를 차지하였다. 요양보호사로서의 경력은 1~4년이 53.1%였고 5년~9년이 27.6%, 10년 이상이 19.4%이었다. 1일 근무시간은 4시간 미만인 27.6%, 4시간~8시간이 66.3%였고 9시간 이상 근무한다는 경우도 6.1%로 조사되었다. 조사대상자들의 86.7%가 요양보호대상자의 식사를 직접 조리하였고 약선을 제공한 경험이 있는 응답자가 51.0%였다. 조사 결과는 요양보호사 연령의 고령화 경향을 보여주는데, 행정안전부의 공공데이터포털에 의하면 2024년 12월 기준 요양보호사 자격증 취득자는 총 3,001,643명이며 여성 비율이 94.9%, 60세 이상 고령층 비율이 가장 높고 평균 연령은 약 59.6세라고 한다(Ministry of the Interior and Safety 2026). Choi EY 등(2018)은 방문요양보호사의 94.2%가 여성이었으며 연령은 50대가 가장 많았으며, 1일 8시간 미만 근무하는 방문요양보호사가 가장 많았고 8시간 이상 근무하는 경우는 없었다고 보고하였다. 요양보호사들의 돌봄에 대해 조사한 연구에서 여성 요양보호사가 87.1%를 차지하였고, 50대가 55.8%로 가장 많았으며 60대가 36.4%로 보고된 바 있다(Kang HS & Lee SY 2019). Kim HM 등(2021)의 연구에서도 요양보호사들은 60대가 가장 많았고 대부분 여성이었다. 본 연구에서 식사 준비를 직접 한다는 응답자가 86.7%였는데 요양서비스를 받는 대상이 시설에 입소한 경우 요양보호사의 식사준비 비율 67.9%와 비교하여 높은 수치를 보여(Kim HM 등 2021) 식사 제공에서의 핵심 역할을 보여주었고, Lee SM(2013)의 연구에서도 요양보호사의 식사관리 역할이 중요하게 보고된 바 있다. 이는 본 연구의 조사 대상이 현재 지역사회 방문요양현장의 인구학적 특성을 충실히 반영하고 있음을 시사한다(Table 1).

Table 1. General characteristics of the subjects

Variables	N	%
Gender	Male	0
	Female	98
Age	40's	7
	50's	39
	60's	48
	≥70	4
Caregiver experience (yr)	1~4	52
	5~9	27
	≥10	19
Daily working time (h)	<4	27
	4~8	65
	≥9	6
Direct meal preparation	Yes	85
	No	13
Yakseon provision experience	Yes	50
	No	48
Total	98	100.0

2. 방문 요양보호사들의 약선에 대한 인식 수준

1) 경력에 따른 약선 인식 차이

요양보호사의 경력에 따른 약선 관련 인식을 분석한 결과는 Table 2와 같다. 분석 결과, 약선 인식과 관련된 6개 문항 모두에서 경력 그룹 간 통계적으로 유의미한 차이가 관찰되지 않았으나, 6개 항목 전체에서 10년 이상 고경력 그룹이 다른 경력 그룹에 비해 평균값이 가장 높게 나타나는 경향성을 일관되게 보였다. 특히 10년 이상 경력군은 ‘노인 건강식으로 약선개발 필요성’(4.21±0.86점)과 ‘노인대상 약선의 질병예방 효과’(4.11±0.74점), ‘노인 건강증진 효과’(4.01±1.27점) 항목에서 4점 이상으로 매우 높게 인식하고 있었다. 이상의 결과로 요양보호사 경력 기간이 오래될수록 질병 예방이나 건강 증진에 대한 약선의 긍정적인 측면을 높게 인식하고 있음을 알 수 있었다.

2) 일일 근무시간에 따른 약선 인식 차이

일일 근무시간에 따른 약선 관련 인식을 분석한 결과는 Table 3과 같다. ‘노인 질병예방 효과’에 대한 인식은 일일 근무시간 그룹 간 유의미한 차이를 보였다($F=4.823, p<0.05$).

Table 2. Differences in *Yakseon*-related perceptions by caregiver experience

Perceptions	Caregiver experience				F-value
	1~4 (n=52)	5~9 (n=27)	≥10 (n=19)	Total (n=98)	
Taste perception of <i>Yakseon</i>	3.40±0.69 ¹⁾	3.44±0.80	3.79±0.63	3.49±0.72	2.109
Disease prevention benefits of <i>Yakseon</i> (for older adults)	3.79±0.64	3.69±0.59	4.11±0.74	3.90±0.65	1.872
Health promotion benefits of <i>Yakseon</i> (for older adults)	3.78±0.64	3.83±0.70	4.01±1.27	3.83±0.72	1.435
Constitution improvement effects of <i>Yakseon</i>	3.71±0.64	3.96±0.74	3.95±0.85	3.78±0.70	0.120
Anti-aging effects of <i>Yakseon</i>	3.67±0.59	3.74±0.76	3.95±0.71	3.74±0.66	1.197
Need for developing <i>Yakseon</i> for elderly health diets	3.68±1.06	3.74±0.90	4.21±0.86	3.80±0.99	2.104

¹⁾ Mean±S.D.Table 3. Differences in *Yakseon*-related perceptions by daily working time

Perceptions	Daily working time (h)				F-value
	<4 (n=27)	4~8 (n=65)	≥9 (n=6)	Total (n=98)	
Taste perception of <i>Yakseon</i>	3.44±0.70 ¹⁾	3.49±0.75	3.67±0.52	3.49±0.72	0.230
Disease prevention benefits of <i>Yakseon</i> (for older adults)	3.85±0.60 ^a	3.85±0.64 ^a	4.67±0.52 ^b	3.90±0.65	4.823*
Health promotion benefits of <i>Yakseon</i> (for older adults)	3.78±0.64	3.83±0.70	4.10±1.26	3.83±0.72	0.235
Constitution improvement effects of <i>Yakseon</i>	3.81±0.62	3.74±0.67	4.00±1.20	3.78±0.70	0.441
Anti-aging effects of <i>Yakseon</i>	3.81±0.68	3.69±0.64	4.00±0.90	3.74±0.66	0.176
Need for developing <i>Yakseon</i> for elderly health diets	2.83±1.23 ^a	3.92±0.78 ^b	3.71±1.47 ^b	3.80±0.99	3.625*

¹⁾ Mean±S.D., * $p<0.05$.^{a,b} Values in same row with different superscripts are significant different by Duncan's multiple range test ($p<0.05$).

사후검증 결과, 9시간 이상 근무 그룹(4.67±0.52점)이 4시간 미만(3.85±0.60점) 및 4~8시간 그룹(3.85±0.64점)보다 노인 대상 약선의 질병예방 효과를 유의적으로 높게 평가하였다. 또한 '노인 건강식으로서 약선 개발 필요성' 인식에서도 그룹 간 유의한 차이가 나타났다($F=3.625$, $p<0.05$). 사후검증 결과 4~8시간 그룹(3.92±0.78점)과 9시간 이상 그룹(3.71±1.47점)이 4시간 미만 근무 그룹(2.83±1.23점)에 비해 약선 개발 필요성을 더욱 높게 인식하고 있었다. 반면, '약선의 맛에 대한 인식', '노인 건강증진 효과', '체질개선 효과', '노화방지 효과' 항목에서는 일일 근무시간에 따른 통계적 유의차가 없었다. 장시간 근무하는 요양보호사일수록 대상자의 질병 및 건강 악화를 지속적으로 관찰하게 되므로, 식사를 통한 만성질환 예방 및 약선 메뉴 개발의 필요성을 더욱 절실히 체감할 수 있을 것으로 보인다. 따라서 장시간 근무 인력을 대상으로 한 맞춤형 약선 식단 가이드라인의 우선 보급이 필요할 것으로 사료된다.

3) 직접 식사 준비 여부에 따른 약선 인식 차이

대상자를 위해 직접 식사를 준비하는지 여부에 따른 약선 인식을 검증한 결과는 Table 4와 같다. 식사 준비를 직접 담당하는 그룹(n=85)은 미담당 그룹(n=13)에 비해 '노인 질병 예방 효과' 인식(3.95±0.62점 vs 3.54±0.78점, $t=2.18$, $p<0.05$)과 '노화방지 효과' 인식(3.82±0.66점 vs 3.23±0.43점, $t=3.14$, $p<0.05$)에서 통계적으로 유의하게 높은 점수를 보였다. 그러나 '약선의 맛 인식', '건강증진 효과', '체질개선 효과', '노인 건강식 약선 개발 필요성' 항목에서는 두 집단 간 유의한 차이가 관찰되지 않았다. 이는 식사 준비를 직접 수행하는 요양보호사는 노인의 저작·삼킴 기능 저하 및 만성질환 상태를 직접 관찰하고 식사를 준비하는 과정에서 약선이 지닌 예방의학적·항노화적 효능을 의미있게 여기고 있음을 의미한다. 대부분의 요양보호사들이 돌봄 대상자의 식사 보조 시 주된 결정자였고 대상자의 질병 상태를 가장 중요하게 여긴다고 하여(Kim WJ 2020), 효과적인 서비스를 제공하기 위해서는 이들에게 식사와 질병상태, 약선 제공 등 현실적으로 필요한 교육이 도움이 될 것으로 사료된다.

Table 4. Differences in perceptions by direct meal preparation for care recipients

Perceptions	Direct meal preparation for care recipients			
	Yes (n=85)	No (n=13)	Total (n=98)	t-value
Taste perception of <i>Yakseon</i>	3.53±0.75 ¹⁾	3.23±0.44	3.49±0.72	1.40
Disease prevention benefits of <i>Yakseon</i> (for older adults)	3.95±0.62	3.54±0.78	3.90±0.65	2.18*
Health promotion benefits of <i>Yakseon</i> (for older adults)	3.87±0.72	3.54±0.66	3.83±0.72	1.56
Constitution improvement effects of <i>Yakseon</i>	3.81±0.68	3.53±0.77	3.78±0.70	1.32
Anti-aging effects of <i>Yakseon</i>	3.82±0.66	3.23±0.43	3.74±0.66	3.14*
Need for developing <i>Yakseon</i> for elderly health diets	3.82±1.04	3.69±0.63	3.80±0.99	0.41

¹⁾ Mean±S.D., * $p<0.05$.

4) 약선에 대한 인지도 수준에 따른 약선 인식 차이
요양보호사의 약선 인지도 수준(저·중·고 인지도군)에 따른 인식 차이를 분석한 결과는 Table 5와 같다. ‘약선의 맛 인식’($F=14.200$, $p<0.001$), ‘노인 질병예방 효과’($F=6.922$, $p<0.01$), ‘체질개선 효과’($F=2.177$, $p<0.05$), ‘노화방지 효과’($F=9.436$, $p<0.001$) 등 대부분의 영역에서 인지도에 따른 차이가 통계적으로 유의미하게 확인되었다. 약선의 맛에 있어서는 고인지도군(4.06 ± 0.43 점) > 중인지도군(3.54 ± 0.69 점) > 저인지도군(3.00 ± 0.65 점) 순으로, 인지도가 높을수록 약선의 기호성 및 약선의 맛에 대해 긍정적으로 평가하였다. 질병예방 효과에 대한 인식에서는 고인지도군(4.35 ± 0.49 점)이 중인지도군(3.88 ± 0.63 점) 및 저인지도군(3.64 ± 0.64 점)에 비해 유의하게 높게 인식하였으며, 노화방지 효과에 대해서는 고인지도군(4.24 ± 0.44 점) > 중인지도군(3.75 ± 0.67 점) > 저인지도군(3.40 ± 0.58 점) 순으로 인지도가 높을수록 약선의 노화방지

효과에 대하여 긍정적으로 인식하였다. 체질개선 효과 항목에서는 고인지도군(4.00 ± 0.71 점)이 저인지도군(3.56 ± 0.65 점)보다 유의하게 높은 인식을 보였다. 반면, ‘건강증진 효과’와 ‘노인 건강식 약선 개발 필요성’ 항목은 인지도 수준 간 유의차 없이 전반적으로 높은 점수대($3.70\sim4.06$ 점)를 형성하였다. 이상의 결과로 약선에 대한 지식과 인지도 수준이 높을수록 약선 요리의 맛과 효능을 긍정적으로 평가한다는 점을 시사한다. 이는 선행 연구에서 지식 수준의 향상이 식품 및 식단에 대한 태도를 긍정적으로 변화시킨다는 결과와 일치하는데, 요양보호사가 영양 관리의 필요성을 높게 인식하고 지식·태도가 긍정적일수록 대상 노인의 만성질환 상태를 고려한 맞춤형 식단 구성을 적극적으로 수행했고(Choi EY 등 2018), 노인 기저질환과 영양 관리의 중요성에 대한 인식 점수가 높을수록, 식사 수발 및 식사 서비스 제공 시 긍정적이고 능동적인 태도를 보였다(Choi JH 등 2012). 방문요양보

Table 5. Differences in *Yakseon*-related perceptions according to Caregiver's level of awareness of *Yakseon*

Perceptions	Level of awareness of <i>Yakseon</i>				F-value
	Low-awareness group (n=25)	Moderate-awareness group (n=56)	High-awareness group (n=17)	Total (n=98)	
Taste perception of <i>Yakseon</i>	3.00±0.65 ^{1)a}	3.54±0.69 ^b	4.06±0.43 ^c	3.49±0.72	14.200***
Disease prevention benefits of <i>Yakseon</i> (for older adults)	3.64±0.64 ^a	3.88±0.63 ^a	4.35±0.49 ^b	3.90±0.65	6.922**
Health promotion benefits of <i>Yakseon</i> (for older adults)	3.72±0.68	3.80±0.72	4.06±0.75	3.83±0.72	1.197
Constitution improvement effects of <i>Yakseon</i>	3.56±0.65 ^a	3.80±0.70 ^{ab}	4.00±0.71 ^b	3.78±0.70	2.177*
Anti-aging effects of <i>Yakseon</i>	3.40±0.58 ^a	3.75±0.67 ^b	4.24±0.44 ^c	3.74±0.66	9.436***
Need for developing <i>Yakseon</i> for elderly health diets	3.84±0.99	3.70±1.01	4.06±0.97	3.80±0.99	0.868

¹⁾ Mean±S.D., * $p<0.05$, ** $p<0.01$, *** $p<0.001$.

^{a~c} Values in same row with different superscripts are significant different by Duncan's multiple range test ($p<0.05$).

호사의 영양 관리 필요성에 대한 인식은 돌봄대상자에게 올바른 식생활 서비스를 제공하고(Choi JH 등 2012; Choi EY 등 2018), 대상자의 건강 유지를 위해 맞춤형 식사가 필수적이라는 인식이 확립되어야 식태도 및 식행동의 실질적 변화가 유도된다는 연구 결과(Choi JH 등 2016)와 일치한다.

5) 약선 제공 경험에 따른 약선 인식 차이

현장에서 약선을 실제로 제공해 본 경험 유무에 따른 인식을 비교한 결과는 Table 6과 같다. 약선 제공 경험이 있는 그룹($n=50$)은 경험이 없는 그룹($n=48$)보다 ‘약선의 맛 인식’(3.66 ± 0.67 점 vs 3.31 ± 0.75 점, $t=2.383$, $p<0.05$), ‘노인 질병 예방 효과’(4.06 ± 0.64 점 vs 3.75 ± 0.64 점, $t=2.399$, $p<0.05$), ‘노화방지 효과’(3.89 ± 0.67 점 vs 3.58 ± 0.65 점, $t=2.302$, $p<0.05$) 항목에서 유의하게 높은 인식 점수를 기록하였다. 반면, ‘건강증진 효과’, ‘체질개선 효과’, ‘약선 개발 필요성’에서는 경험 유무에 따른 통계적 유의차가 관찰되지 않았다.

3. 방문 요양보호사들의 식사준비 행동

1) 요양보호사 경력기간에 따른 식사준비 행동 차이
요양보호사 경력(1~4년, 5~9년, 10년 이상)에 따른 식사준비 행동의 차이는 Table 7과 같다.

‘기호가 낮더라도 건강을 위해 음식을 제공한다’는 항목에서 경력 그룹 간 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다($F=2.866$, $p<0.05$). 사후검증 결과, 경력 10년 이상 그룹(3.21 ± 0.98 점)이 1~4년차(2.60 ± 1.02 점) 및 5~9년차 그룹(2.59 ± 1.01 점)보다 대상자의 순응도가 낮더라도 건강상의 이점이 있는 식단을 적극적으로 제공하려는 경향이 유의하게 높았다. 그 외 맛, 영양가, 재료비, 재료구입 용이성, 조리 편의성 항목에서는 경력에 따른 유의차가 없었다. 복지시설 요양보호사들의 경력 기간에 따른 조사에서 어르신들을 움직이게 해서 식욕에 도움을 주려는 행동 점수가 근무년수 증가에 따라 유의적으로 높았다는 결과가 있었고(Kim HM 등 2021) 이는 근무 경력이 축적됨에 따라 식사준비 행동의 범

Table 6. Differences in perceptions by experience of providing *Yakseon*

Perceptions	Providing <i>Yakseon</i>			
	Yes (n=50)	No (n=48)	Total (n=98)	t-value
Taste perception of <i>Yakseon</i>	$3.66\pm0.67^{1)}$	3.31 ± 0.75	3.49 ± 0.72	2.383*
Disease prevention benefits of <i>Yakseon</i> (for older adults)	4.06 ± 0.64	3.75 ± 0.64	3.90 ± 0.65	2.399*
Health promotion benefits of <i>Yakseon</i> (for older adults)	3.87 ± 0.82	3.75 ± 0.60	3.83 ± 0.72	0.828
Constitution improvement effects of <i>Yakseon</i>	3.85 ± 0.72	3.67 ± 0.66	3.78 ± 0.70	1.297
Anti-aging effects of <i>Yakseon</i>	3.89 ± 0.67	3.58 ± 0.65	3.74 ± 0.66	2.302*
Need for developing <i>Yakseon</i> for elderly health diets	3.87 ± 1.04	3.71 ± 0.97	3.80 ± 0.99	0.769

¹⁾ Mean±S.D., * $p<0.05$.

Table 7. Care workers' meal preparation behaviors by caregiver experience

Behavior	Caregiver experience				F-value
	1~4 (n=52)	5~9 (n=27)	≥10 (n=19)	Total (n=98)	
I consider taste to be important.	$3.52\pm0.81^{1)}$	3.63 ± 0.88	3.84 ± 0.60	3.61 ± 0.80	1.127
I consider nutritional value to be important.	3.54 ± 0.68	3.56 ± 0.75	3.89 ± 0.66	3.61 ± 0.70	1.941
I consider the cost of ingredients to be important.	3.49 ± 0.90	3.70 ± 0.67	3.37 ± 1.01	3.53 ± 0.87	0.923
I provide foods for health reasons even if the care recipient dislikes them.	2.60 ± 1.02^a	2.59 ± 1.01^a	3.21 ± 0.98^b	2.71 ± 1.03	2.866*
I consider whether ingredients are easily available.	3.52 ± 0.70	3.52 ± 0.75	3.58 ± 0.51	3.53 ± 0.68	0.059
I consider the convenience of cooking methods.	3.23 ± 0.78	3.22 ± 0.70	3.53 ± 0.70	3.29 ± 0.75	1.233

¹⁾ Mean±S.D., * $p<0.05$.

^{ab} Values in same row with different superscripts are significant different by Duncan's multiple range test ($p<0.05$).

주가 단순히 음식을 조리하고 제공하는 물리적 행위에 국한되지 않고, 식욕 촉진 및 소화 기능 개선을 위한 전반적인 신체적·환경적 준비 단계까지 확장되고 있음을 보여준다. 또한 재가 요양보호사들은 대상자가 좋아하는 음식과 대상자의 질환을 우선순위에 두고 제공한다는 연구가 있었고(Park DJ & Jung SM 2019), 대상자들은 익숙하지 않은 새로운 메뉴에 대한 거부감도 있어 실제 식사 제공에는 어려움이 많다는 연구도 있었다(Choi SY 등 2025). 이는 숙련도가 높은 요양보호사일수록 대상자와의 신뢰 관계 형성이 좋고 식이요법의 중요성에 대해 잘 인식하고 있어, 단순한 기호 충족을 넘어 식이 치료적 접근을 수행하려는 중재 행동이 더 강하게 표출될 수 있음을 시사한다.

2) 일일 근무시간에 따른 식사준비 행동 차이

일일 근무시간에 따른 식사준비 행동의 차이를 분석한 결과는 Table 8과 같다.

‘식사의 맛을 고려한다는 항목’에서 근무시간별 유의차가 존재하였는데($F=2.468$, $p<0.05$), 4~8시간 근무 그룹(3.72 ± 0.81 점)이 9시간 이상 그룹(3.00 ± 0.71 점)에 비해 맛을 중시하는 경향이 유의하게 높았다. ‘재료 구입 용이성’ 항목에서도 그룹 간 유의차가 관찰되었는데($F=2.662$, $p<0.05$), 4~8시간 그룹(3.62 ± 0.72 점)이 9시간 이상 그룹(3.00 ± 0.00 점)보다 재료 구입 용이성의 점수가 높았다. ‘조리 편의성’에서는 그룹 간 유의차가 뚜렷하여($F=3.745$, $p<0.05$), 4시간 미만 그룹(3.33 ± 0.68 점) 및 4~8시간 그룹(3.34 ± 0.76 점)이 9시간 이상 근무 그룹(2.50 ± 0.55 점)보다 조리의 편의성을 유의하게 더 고려하는 것으로 분석되었다. 그 외 영양가, 재료비, 기호가 낮아도 제공한다는 항목은 근무시간에 따른 유의차가 없었다. 근무시간이 상대적으로 짧거나 적정한 그룹(8시간 이하)은 한정된 시

간 내 효율적인 서비스를 제공해야 하므로 조리 편의성과 재료 구입 용이성, 맛을 중시하는 반면, 장시간 근무자는 식사 준비 과정에서 편의성보다는 다른 물리적 여건에 제약을 받을 수 있음을 알 수 있었다.

3) 직접 식사준비 여부에 따른 식사준비 행동 차이

식사준비 직접 담당 여부에 따른 행동 차이를 분석한 결과는 Table 9와 같다. 식사를 직접 준비하는 요양보호사 그룹은 그렇지 않은 그룹에 비해 ‘맛 고려’ 항목(3.71 ± 0.74 점 vs 2.92 ± 0.90 점, $t=3.408$, $p<0.01$)과 ‘영양가 고려’ 항목(3.68 ± 0.64 점 vs 3.17 ± 0.94 점, $t=2.425$, $p<0.05$)에서 모두 통계적으로 유의하게 높은 수준을 보였다. 반면 ‘재료비 고려’, ‘기호가 낮아도 제공’, ‘재료 구입 용이성’, ‘조리 편의성’ 항목에서는 두 집단 간 유의차가 없었다. 따라서 현장에서 식사 준비를 하는 인력일수록 돌봄 대상자의 영양 상태와 관능적 기호에 대해 중요하게 생각하고 있음을 알 수 있었다. Park DJ & Jung SM (2019)는 식사를 직접 제공하는 방문 요양보호사의 영양 정보 취득 경로가 주로 방송매체라고 보고하며 전문적이고 체계적인 교육의 필요성에 대하여 언급한 바 있다.

4) 약선 인지도 수준에 따른 식사준비행동 차이

요양보호사의 약선 인지도 수준(저·중·고 인지도군)에 따른 식사준비 행동 차이를 분석한 결과는 Table 10과 같다. 분석 결과, ‘맛 고려’($F=3.097$, $p<0.05$), ‘영양가 고려’($F=6.135$, $p<0.01$), ‘조리법 편의성 고려’($F=3.087$, $p<0.05$) 항목에서 인지도 그룹 간 통계적으로 유의미한 차이가 확인되었다. 맛 고려 항목에서는 중인지도군(3.73 ± 0.59 점)과 고인지도군(3.71 ± 0.59 점)이 저인지도군(3.26 ± 1.21 점)보다 식사 준비 시 맛을 유의하게 더 중요하게 고려하였다. 영양가 고려 항목에서도

Table 8. Care workers' meal preparation behaviors by daily working times

Behavior	Daily working time (h)				F-value
	<4 (n=27)	4~8 (n=65)	≥9 (n=6)	Total (n=98)	
I consider taste to be important.	3.48±0.75 ^{1)ab}	3.72±0.81 ^b	3.00±0.71 ^a	3.61±0.80	2.468*
I consider nutritional value to be important.	3.41±0.64	3.72±0.70	3.40±0.89	3.61±0.70	2.170
I consider the cost of ingredients to be important.	3.41±0.93	3.52±0.84	4.17±0.75	3.53±0.87	1.931
I provide foods for health reasons even if the care recipient dislikes them.	3.00±0.92	2.58±1.07	2.83±0.75	2.71±1.03	1.629
I consider whether ingredients are easily available.	3.44±0.58 ^{ab}	3.62±0.72 ^b	3.00±0.00 ^a	3.53±0.68	2.662*
I consider the convenience of cooking methods.	3.33±0.68 ^b	3.34±0.76 ^b	2.50±0.55 ^a	3.29±0.75	3.745*

¹⁾ Mean±S.D., * $p<0.05$.

^{ab} Values in same row with different superscripts are significant different by Duncan's multiple range test ($p<0.05$).

Table 9. Care workers' meal preparation behaviors by direct meal preparation for care recipients

Behavior	Direct meal preparation for care recipients			
	Yes (n=85)	No (n=13)	Total (n=98)	t-value
I consider taste to be important.	3.71±0.74 ¹⁾	2.92±0.90	3.61±0.80	3.408**
I consider nutritional value to be important.	3.68±0.64	3.17±0.94	3.61±0.70	2.425*
I consider the cost of ingredients to be important.	3.55±0.84	3.38±1.04	3.53±0.87	0.629
I provide foods for health reasons even if the care recipient dislikes them.	2.79±1.03	2.23±0.93	2.71±1.03	1.848
I consider whether ingredients are easily available.	3.55±0.68	3.38±0.65	3.53±0.68	0.834
I consider the convenience of cooking methods.	3.32±0.74	3.08±0.76	3.29±0.75	1.084

¹⁾ Mean±S.D., * $p<0.05$, ** $p<0.01$.

역시 고인지도군(4.00±0.50점)과 중인지도군(3.64±0.48점)이 저인지도군(3.26±1.05점)보다 영양적 가치를 식단에 반영하려는 행동 점수가 유의하게 높았다. 조리법 편의성 고려 항목에서는 고인지도군(3.65±0.70점)이 저인지도군(3.08±0.91점)보다 유의적으로 높았다. 반면, '재료비 고려', '기호가 낮아도 제공', '재료 구입 용이성' 항목에서는 인지도 수준에 따른 유의차가 없었다. 약선 인지도 향상이 관념에 그치지 않고 식사의 기호성(맛)과 영양적 가치를 함께 챙기는 실질적인 식사 준비 행동과 연관성이 있음을 알 수 있었다.

5) 약선제공 경험에 따른 식사준비 행동 차이

현장에서 약선을 실제로 제공해 본 경험 유무에 따른 식사 준비 행동을 분석한 결과는 Table 11과 같다. 분석 결과, '재료비 고려' 항목에서만 유의미한 차이가 관찰되었다($t=1.910$, $p<0.05$). 약선 제공 경험이 있는 그룹(3.70±0.83점)이 제공 경

험이 없는 그룹(3.36±0.89점)보다 식사 준비 시 재료 비용을 유의적으로 더 중요하게 고려하고 있었다. 반면, '맛 고려', '영양가 고려', '기호가 낮아도 제공', '재료 구입 용이성', '조리 편의성'의 5개 행동 항목에서는 약선 제공 경험 유무에 따른 통계적 유의차가 없었다. 약선 메뉴를 현장에 적용해 본 경험자들은 약선재료 구입 등에 따른 경제적 비용 부담을 실질적으로 체감하기 때문에 재료비 요인을 보다 민감하게 고려하는 것이라 사료된다.

4. 대상자 특성 및 약선 관련 변수에 따른 영양 지식 수준

요양보호사의 다양한 특성 변수(경력, 근무시간, 식사 준비 여부, 약선 제공 경험, 약선 인지도)에 따른 영양 지식 정답 점수의 차이를 검증한 결과는 Table 12와 같다. 일일 근무 시간에 따른 영양 지식 점수는 통계적으로 유의미한 차이가

Table 10. Care workers' meal preparation behaviors according to Caregiver's level of awareness of Yakseon

Behavior	Caregiver's level of awareness of Yakseon				F-value
	Low-awareness group (n=25)	Moderate-awareness group (n=56)	High-awareness group (n=17)	Total (n=98)	
I consider taste to be important.	3.26±1.21 ^{1)a}	3.73±0.59 ^b	3.71±0.59 ^b	3.61±0.80	3.097*
I consider nutritional value to be important.	3.26±1.05 ^a	3.64±0.48 ^b	4.00±0.50 ^b	3.61±0.70	6.135**
I consider the cost of ingredients to be important.	3.67±1.05	3.50±0.79	3.41±0.87	3.53±0.87	0.483
I provide foods for health reasons even if the care recipient dislikes them.	2.40±1.00	2.77±1.04	3.00±0.94	2.71±1.03	1.948
I consider whether ingredients are easily available.	3.52±0.87	3.50±0.63	3.65±0.49	3.53±0.68	0.308
I consider the convenience of cooking methods.	3.08±0.91 ^a	3.27±0.65 ^{ab}	3.65±0.70 ^b	3.29±0.75	3.087*

¹⁾ Mean±S.D., * $p<0.05$ ** $p<0.01$.

^{ab} Values in same row with different superscripts are significant different by Duncan's multiple range test ($p<0.05$).

Table 11. Care workers' meal preparation behaviors by experience of providing *Yakseon*

Behavior	Experience of providing <i>Yakseon</i>			
	Yes (n=50)	No (n=48)	Total (n=98)	t-value
I consider taste to be important.	3.70±0.78 ¹⁾	3.52±0.84	3.61±0.80	1.077
I consider nutritional value to be important.	3.70±0.69	3.52±0.72	3.61±0.70	1.233
I consider the cost of ingredients to be important.	3.70±0.83	3.36±0.89	3.53±0.87	1.910*
I provide foods for health reasons even if the care recipient dislikes them.	2.79±1.08	2.65±0.98	2.71±1.03	0.068
I consider whether ingredients are easily available.	3.60±0.68	3.48±0.68	3.53±0.68	0.833
I consider the convenience of cooking methods.	3.34±0.73	3.21±0.77	3.29±0.75	0.857

¹⁾ Mean±S.D., * $p<0.05$.

Table 12. Nutrition knowledge score

Score	Caregiver experience (yr)				F-value
	1~4 (n=52)	5~9 (n=27)	≥10 (n=19)	Total (n=98)	
	8.31±2.38 ¹⁾	7.96±2.97	8.26±2.51	8.20±2.56	0.165
	Daily working time (h)				F-value
	<4 (n=27)	4~8 (n=65)	≥9 (n=6)	Total (n=98)	
	7.29±3.22 ^a	8.45±2.24 ^{ab}	9.67±0.82 ^b	8.20±2.56	3.105*
	Direct meal preparation				t-value
	Yes (n=85)	No (n=13)	Total (n=98)		
	8.15±2.60	8.53±2.33	8.20±2.56		-0.504
	<i>Yakseon</i> provision experience				t-value
	Yes (n=50)	No (n=48)	Total (n=98)		
	7.85±2.98	8.55±2.02	8.20±2.56		-1.335
	Level of awareness of <i>Yakseon</i>				F-value
	Low-awareness group (n=25)	Moderate-awareness group (n=56)	High-awareness group (n=17)	Total (n=98)	
	8.88±2.17	7.77±2.86	8.65±1.69	8.20±2.56	1.984

¹⁾ Mean±S.D., * $p<0.05$.

^{a,b} Values in same row with different superscripts are significant different by Duncan's multiple range test ($p<0.05$).

있었는데($F=3.105$, $p<0.05$), 9시간 이상 근무 그룹이 9.67 ± 0.82 점으로 가장 높았고, 4~8시간 그룹 8.45 ± 2.24 점, 4시간 미만 그룹 7.29 ± 3.22 점 순으로 나타났으며 9시간 이상 그룹과 4시간 미만 그룹 간 유의적인 차이가 있었다. 반면 요양보호 경력, 직접 식사 준비 여부, 약선 제공 경험, 약선 인지도 수준에 따라서 영양 지식 점수는 유의적인 차이가 없었다.

근무시간이 길수록 요양 현장에서 다양한 영양 관련 상황과 노인 질환을 접할 기회가 많아져 영양 지식이 축적된 것으로 보인다. 그러나 경력이나 약선 경험과 인지도에 따른

영양 지식 차이가 없었다는 점은, 현재 요양보호사 교육과정 내 영양 및 약선 관련 체계적인 전문 교육 프로그램이 부재했을 것으로 추정할 수 있다. 단순 경험의 누적만으로는 영양 지식의 향상을 기대하기 어려우므로, 요양보호사 교육 내 표준화된 약선·영양 교육과정의 도입이 바람직하다. 노인복지시설 종사자들은 식사 보조와 같은 직접 돌봄 활동과 같은 실질적인 교육을 선호하였고(Kim HM 등 2021; Choi SY 등 2025) 교육에 의해 영양 지식과 수준이 증가한다는 연구들이 있었다(Choi EY 등 2018). 영양교육 실시 후 영양관련 지식

이 증가하였다는 연구들이 진행되어왔다(Choi KS 2010; Kang HJ 2018). 또한 이러한 지식들은 행동에 반영된다고 하여(Choi EY 등 2018), 현장에서의 교육은 꼭 필요한 것으로 사료된다.

요약 및 결론

본 연구는 충청북도 제천시 지역의 재가 방문요양보호사 98명을 대상으로 일반적 특성, 약선에 대한 인식, 식사 준비 실태 및 영양 지식 수준을 조사·분석하여, 돌봄 대상 노인을 위한 맞춤형 약선 식생활 서비스 제공 방안을 모색하고자 수행되었다. 조사 대상자는 모두 여성으로, 연령대는 60대가 49.0%로 가장 높은 비중을 차지하였다.

분석 결과, 약선에 대한 인식 및 식단 반영 태도는 요양보호사의 근무 형태, 식사 준비 담당 여부, 약선 인지도 및 제공 경험에 따라 유의미한 차이를 보였다. 경력 기간에 따른 약선 인식 점수의 유의적 차이는 없었으나, 일일 9시간 이상 근무하는 그룹은 9시간 미만 그룹에 비해 약선의 노인 질병 예방 효과 및 노인 건강식으로서의 약선 개발 필요성을 유의하게 높게 인식하였다. 식사 준비를 직접 담당하는 요양보호사는 약선의 질병 예방 및 노화 방지 효과에 대해 유의적으로 긍정적인 인식을 나타냈다. 또한 약선에 대한 인지도가 높을수록 약선의 맛과 효능을 긍정적으로 평가하였으며, 실제로 약선을 제공해 본 경험이 있는 그룹은 미경험 그룹에 비해 맛, 질병 예방, 노화 방지 효과 등 전반적인 약선 평가 점수가 유의하게 높았다.

식사 준비 시 고려 요인 분석에서는 경력이 많은 요양보호사일수록 건강상의 이점이 있는 식단을 적극적으로 반영하려는 경향을 보였다. 반면 일일 근무시간이 8시간 이하인 그룹은 재료 구입 용이성과 맛을 우선한 반면, 직접 식사 준비를 맡은 그룹은 맛과 영양가를 동시에 유의하게 고려하였다. 약선 인지도 수준이 높은 그룹은 영양적 가치 반영 점수와 조리법의 편의성 고려 점수가 모두 유의하게 높았으며, 약선 제공 경험이 있는 그룹은 재료 비용 요인을 유의하게 높게 고려하는 것으로 조사되었다.

영양 지식 점수 분석 결과, 근무시간이 길수록 영양 지식 점수가 유의하게 높았으나, 요양보호 경력, 직접 식사 준비 여부, 약선 제공 경험, 약선 인지도 수준에 따른 영양 지식 점수의 유의적 차이는 나타나지 않았다. 이는 장시간 근무하는 요양보호사의 경우 대상 노인과 상호 작용하는 시간이 길어짐에 따라 만성질환 및 건강 변화를 지속적으로 관찰하게 되고, 이에 따라 식사를 통한 질병 예방에 관심을 갖게 되고 영양 지식도 축적된 것으로 보인다.

이상의 연구 결과를 바탕으로 다음과 같이 제안하고자 한

다. 첫째, ‘맞춤형 약선 식단 가이드라인 및 레시피’는 대상자의 질병 상태 및 식생활에 대해 관찰 기회가 많은 장시간 근무 요양보호사를 우선 대상으로 하여 현장에서 쉽게 적용 가능하도록 보급하는 것이 효과적일 것으로 사료된다. 둘째, 대부분의 요양보호사가 돌봄 대상자의 식사 메뉴를 결정하는 주체이며 식사 제공 시 질병 상태를 최우선으로 고려한다고 응답한 바, 요양보호사 교육에 질환별 식사 요법과 약선 조리법을 연계한 실무 중심의 맞춤형 영양교육 프로그램을 포함시키는 것이 필요하다고 판단된다. 셋째, 약선 제공 경험자들이 재료 구입에 따른 경제적 부담을 주요 장애요인으로 지각한 점을 고려하여, 수급이 용이하고 가격 접근성이 높은 대중적 약용 식재료 활용 및 비용 절감형 조리법 교육이 필요하다.

본 연구에서 수집된 자료는 2021년에 수집되어 최근의 제도와 인식 변화가 반영되지 못했을 가능성이 있으며, 제천시라는 특정 지역의 여성 방문요양보호사를 대상으로 수행되어 지역 특화 음식인 약선에 대한 인지적 특성이 반영되었을 가능성이 존재하여, 연구 결과를 요양보호사 전체로 일반화하는 데에는 한계가 있다. 향후 다양한 지역 및 성별을 포함한 광범위한 연구를 통해 연구 결과의 범용성을 검증할 필요가 있다.

REFERENCES

- Bae JS, Kim MH, Kim SB (2013) Effects of nutrition education and personalized lunch service program for elderly at senior welfare center in Jeonju. *Korean J Community Nutr* 18(1): 65-76.
- Bang HK, Kim MO (2023) The dietary status among mild dementia elderly using the nutrition quotient for elderly (NQ-E) in Daegu. *J East Asian Soc Diet Life* 33(4): 343-353.
- Chang HS (2011) Long-term care workers of home visit care and home visit bathing based on Korean long-term care insurance system. *Korean J Heal Serv Manag* 5(3): 77-88.
- Choi EY, Jung EK, Joo N (2018) A study on the quality of elderly dietary services by different levels of nutrition knowledge of the visiting long-term care provider. *J East Asian Soc Diet Life* 28(1): 76-87.
- Choi JH, Kim DH, Choi EH, Chung MJ, Lee HS, Lee MJ, Chang HJ, Lee KE, Kwak DK (2019) Assessment of foodservice management practices according to types of elderly foodservice facilities. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 48(4): 469-481.

- Choi JH, Lee ES, Lee YJ, Lee HS, Chang HJ, Lee KE, Yi NY, Ahn Y, Kwak TK (2012) Development of food safety and nutrition education contents for the elderly by focus group interview and delphi technique- Korean J Community Nutr 17(2): 167-181.
- Choi JH, Lee ES, Lee YJ, Lee HS, Chang HJ, Lee KE, Yi NY, Ahn Y, Kwak TK (2016) Food safety and nutrition education program for elderly and assessment of program effectiveness based on health belief model. J Korean Soc Food Sci Nutr 45(9): 1366-1374.
- Choi KS (2010) A study on nutrition knowledge, dietary attitudes and nutrition education needs among child-care teachers. Korean J Community Nutr 15(1): 137-148.
- Choi SY, Ryou HJ, Oh JE (2025) A study on the diet and nutrition management status and educational needs in elderly care facilities in Korea: focus group interviews with staff from children's and social welfare meal management support centers and elderly care facilities. Korean J Community Nutr 30(4): 286-295.
- Ham SW, Kim KH (2020) Evaluation of the dietary quality and nutritional status of elderly people using the nutrition quotient for elderly (NQ-E) in Seoul. J Nutr Health 53(1): 68-82.
- Hong HH, Gu MO (2018) Development and effects of a coping skill training program for caregivers in feeding difficulty of older adults with dementia in long-term care facilities. J Korean Acad Nurs 48(2): 167-181.
- Kang HJ (2018) Current status and effects of nutrition education programs for diabetic patients in Korea. J Korean Diabetes 19(2): 106-112.
- Kang HS, Lee SY (2019) Factors affecting the caregiver attitude toward care of the elder. Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society 20(9): 459-464.
- Kim HM, Sim HJ, Min SH (2021) A survey on the perception and behavior of dietary management of caregivers in elderly welfare facility in Jecheon. Korean J Food Cook Sci 37(4): 340-348.
- Kim WJ (2020) A study on the meal assistance by elderly care givers in elderly nursing homes. MS Thesis Sookmyung Women's University, Seoul, Korea. pp 47-51.
- Korea Development Institute (2026) Future Prospects and Policy Directions for the Elder Care Workforce. <https://www.kdi.re.kr> (accessed on 23. 7. 2026).
- Lee HJ, An OH (2025) A study on segmentation of super-aging society considering Korea's aging characteristics. J Korean Hous Assoc 36(1): 31-40.
- Lee JH, Park CY (2019) Nutrition knowledge and nutrition attitudes of caregivers. Journal of Human Ecology 29: 103-114.
- Lee SM (2013) Effects recognition and elective attributes on satisfaction and recommendation for medicinal foods. Jour of KoCon a 13(6): 459-468.
- Ministry of Data and Statistics (2025) Statistics on Older Adults. <https://mods.go.kr> (accessed on 23. 7. 2026).
- Ministry of the Interior and Safety (2026) Number of Caregivers. <https://www.data.go.kr> (accessed on 21. 7. 2026).
- National Health Insurance Service (2025) Long-Term Care Insurance Statistical Yearbook. <https://www.nhis.or.kr> (accessed on 21. 7. 2026).
- Park DJ, Jung SM (2019) A study on care-givers in home service of long-term care in providing nutrition for their beneficiaries. J Korea Aging Friendly Ind Assoc 11(1): 47-56.
- Park KT, Kim DW (2003) Studies on development of functional herbal food based on Yaksun. Culi Sci & Hos Res 9(4): 191-202.
- Presidential Committee on Ageing Society and Population Policy (2025) Super-Aged Society. <https://betterfuture.go.kr> (accessed on 23. 7. 2026).
- Seo EH, Park EJ (2016) Nutrition intake status of the elderly in residential welfare facilities by dietitian employment. J Korea Soc Wellness 11(4): 473-483.
- Shin CJ, Lee SS (2012) The study of the relationship between the care givers' knowledge and attitude toward the elderly and relation with the elderly. J Fam Relat 16(4): 181-199.
- Sim KH (2011) A survey on the recognition and satisfaction of Korean herbal foods according to dietary behavior in lifestyle. Culi Sci & Hos Res 17(4): 39-58.
- Song YM, Jo MN (2016) Current state of consumption of Yaksun education participation intentions by food-related lifestyle. J Korean Soc Food Sci Nutr 45(9): 1375-1384.

Date Received Aug. 24, 2026
 Date Revised Aug. 26, 2026
 Date Accepted Aug. 26, 2026