

## 필리핀 결혼이민여성의 한식 섭취실태 및 한식 섭취율에 따른 사회경제학적 요인

김나연<sup>1)</sup> · 강민지<sup>2)</sup> · 그레이스 아브리스<sup>1)</sup> · 셸린 메이 프로비도<sup>1)</sup> · 정효지<sup>3)</sup> · 홍상모<sup>4)</sup>  
유성훈<sup>5)</sup> · 이창범<sup>5)</sup> · 이정은<sup>6)†</sup>

<sup>1)</sup>숙명여자대학교 생활과학대학 식품영양학과, 학생, <sup>2)</sup>한국여성과학기술단체총연합회 젠더혁신연구센터, 연구원  
<sup>3)</sup>서울대학교 보건대학원 보건학과; 서울대학교 보건환경연구소, 교수  
<sup>4)</sup>한림대학교 의과대학, 한림대학교동탄성심병원 내분비대사내과, 교수  
<sup>5)</sup>한양대학교 의과대학, 한양대학교 구리병원 내분비대사내과, 교수  
<sup>6)</sup>서울대학교 생활과학대학 식품영양학과; 서울대학교 생활과학연구소, 교수

### Consumption of Han-sik and its Association with Socioeconomic Status among Filipino Immigrant Women: the Filipino Women's Diet and Health Study (FiLWHEL)

Nayeon Kim<sup>1)</sup>, Minji Kang<sup>2)</sup>, Grace Abris<sup>1)</sup>, Sherlyn Mae P. Provido<sup>1)</sup>, Hyojee Jung<sup>3)</sup>, Sangmo Hong<sup>4)</sup>,  
Sung Hoon Yu<sup>5)</sup>, Chang Beom Lee<sup>5)</sup>, Jung Eun Lee<sup>6)†</sup>

<sup>1)</sup>Department of Food and Nutrition, Sookmyung Women's University, Seoul, Korea, Student  
<sup>2)</sup>Center for Gendered Innovations in Science and Technology Research (GISTeR),  
Korea Federation of Women's Science & Technology Associations, Researcher  
<sup>3)</sup>Department of Public Health, Graduate School of Public Health, Seoul National University,  
Institute of Health and Environment, Seoul National University, Professor  
<sup>4)</sup>Division of Endocrinology and Metabolism, Department of Internal Medicine,  
Hallym University Dongtan Sacred Heart Hospital, Professor  
<sup>5)</sup>Division of Endocrinology and Metabolism, Department of Internal Medicine,  
Hanyang University Guri Hospital, Hanyang University College of Medicine, Professor  
<sup>6)</sup>Department of Food and Nutrition, College of Human Ecology, Seoul National University,  
Research Institute of Human Ecology, Seoul National University, Professor

#### †Corresponding author

Jung Eun Lee  
Department of Food and  
Nutrition, Seoul National  
University, 1 Gwanak-ro,  
Gwanak-gu, Seoul 08826, Korea

Tel: (02) 880-6834  
Fax: (02) 884-0305  
E-mail: jungelee@snu.ac.kr  
ORCID: 0000-0003-1141-878X

Received: June 12, 2018  
Revised: October 16, 2018  
Accepted: October 16, 2018

#### ABSTRACT

**Objectives:** This study examined the consumption of Han-sik and its association with the years of residence in Korea and the socioeconomic status among Filipino immigrant women of the Filipino Women's Diet and Health Study (FiLWHEL).

**Methods:** A total of 474 Filipino women married to Korean men were included in the analysis. Their dietary intake was assessed using a single-day 24-hour recall. The participants provided information on the demographics, socioeconomic, and health-related factors through face-to-face interviews. The generalized linear model and logistic regression model were used to examine the association between the socioeconomic status and consumption of Han-sik.

**Results:** The mean age of the participants was 34.3 years old, and the average duration of residence in Korea was 8.2 years. Among 474 Filipino women, a total of 467 consumed Han-sik, with an average of 6.8 food items per day. The Han-sik foods that the participants consumed most frequently were rice, cabbage kimchi, mixed-grain rice, and fried eggs. The average ratio of Han-sik was 58.57%. The ratio of Han-sik showed no significant associations with the years of residence, years of living together with their husband, education levels, total annual family income, or linguistic competence of Korean. However, the ratio of Han-sik use was associated with cohabitation with parents-in-law; the odds ratio (95% confidence interval) was 2.41 (1.18-4.92, *p*-trend = 0.002) comparing the fourth quartile with the first quartile of the Han-sik ratio.

**Conclusions:** Filipino immigrant women in the FiLWHEL study consumed a larger number of Han-sik than Philippine foods. In addition, cohabitation with their parents-in-law was associated with the consumption of Han-sik. Further epidemiologic studies will be needed to determine how the diet affects the health and wellbeing of immigrant women in Korea.

*Korean J Community Nutr* 23(6): 475~487, 2018

**KEY WORDS** immigrant women in Korea, the FiLWHEL study, Han-sik, years of residence, socioeconomic status

## 서 론

한국과 다양한 국가와의 경제 및 문화 교류와 혼인적령인구의 불균형으로 국제결혼이 증가하면서 한국의 결혼이민자들이 90년대부터 급증하였고 이민자의 국적도 다양해졌다. 2016 한국의 결혼이민자의 성별은 전체 중 84%가 여성으로, 국적별로 중국 37.4%, 베트남 27.4%, 일본 8.6%, 필리핀 7.6%순으로 많고, 필리핀 결혼이민여성 수는 2008년 5,819 명에서 2016년 11,606 명으로 꾸준히 증가하였다(2016 출입국·외국인 통계연보). 필리핀 이민여성의 질적 연구에 의하면 한국의 가부장적 문화와 달리 필리핀은 양면 친족제인 것과 필리핀 여성의 높은 교육수준과 생활력에도 가사만을 강요 받는 현실 등 필리핀 여성은 양국간의 가정생활문화의 차이로 한국 사회에 적응하는 데에 어려움이 있다고 하였다[1]. 실제로 필리핀 외교부 산하기관에서 시행하는 결혼이민여성의 의무 교육에서 한국인과 결혼하는 필리핀 여성들에게는 이수 교육 시간을 2일간 16시간, 한국 외의 다른 나라 국민과 결혼하는 필리핀 여성들에게는 1일간 8시간으로 정하고 있다[2].

결혼이민여성은 한국에 정착하는 과정에서 식습관 및 식행동의 문화적 차이에서 오는 스트레스를 겪게 된다. Kang[3]과 Park 등[4]은 결혼이민여성 중에서 필리핀과 같이 동남아시아계 결혼이민여성은 모국과 한국의 전통적 조리법의 차이로 중국이나 일본 국적의 여성보다 식사준비나 섭취에 관한 스트레스를 더 겪고 있다고 보고하였다. 그 외에도 결혼이민여성들은 언어문제, 출산양육문제, 가족과의 갈등문제 등 다양한 스트레스를 경험한다. 이러한 스트레스는 영양상태, 생식능력 등에 부정적인 영향을 미칠 수 있고[5], 정신질환[6], 심혈관계 질환[7], 당뇨병[8]의 위험요인일 수 있으므로 결혼이민여성의 식습관을 포함한 생활습관, 스트레스 및 건강 조사에 대한 필요성이 커지고 있다. Asano 등[9]의 연구에 따르면 한국으로 이민 온 여성 중 필리핀 여성이 중국, 베트남, 우즈벡 국가의 결혼이민여성에 비해 높은 비만율을 보이고, 필리핀 대상자 15명중 85.7%는 이민 후 체중이 증가하였다고 대답하였다.

국내 결혼이민여성의 건강 상태에 대한 연구가 활발한 가운데[1, 10] 결혼이민여성의 한국에서의 식습관에 관한 선행연구들이 수행되었다. Asano 등[9]의 중국 결혼이민여성의 식생활을 조사한 연구에 의하면 중국 한족 결혼이민여성의 55.0%, 중국 조선족 결혼이민여성의 53.8%는 한식을 매일 섭취하고 있었다. 일본인 결혼이민여성의 식생활적응 정도를 살펴본 연구에 따르면 식생활적응 문항 질문을 통해

식생활 저적응군과 식생활 고적응군으로 나눈 후 한식 섭취 빈도를 봤을 때 저적응군은 45.4%가, 고적응군은 72.9%가 매일 한식을 먹는다고 대답하였다. Yang[11]의 광주지역에 거주하는 결혼이민여성의 식행동을 조사한 연구에서 여성의 71.6%가 직접 조리를 한다고 응답하였고, 33.7%의 여성은 한국으로 이민 후 식습관이 많이 변했다고, 61.6%는 조금 변했다고 응답하였다. 하지만, 지금까지의 연구는 식생활 및 식문화 적응을 주제로 한 연구가 주를 이루고 있고, 개방형 식사조사(open-ended dietary assessment) 등을 이용하여 섭취한 음식의 종류와 양을 조사한 연구는 부족하다. 본 연구진은 필리핀 결혼이민여성의 식습관 및 건강 연구인 필리핀 여성건강연구(Filipino Women's Diet and Health Study, FiLWHEL)에서 개방형 식사조사를 이용하여 필리핀 결혼이민여성의 식사섭취조사를 수행하였다[12]. 따라서 필리핀 결혼이민여성들이 먹는 음식 종류 및 양을 파악할 수 있었고, 한식 섭취 실태 및 한식 섭취율이 높은 필리핀 결혼이민여성의 특징을 살펴볼 수 있었다.

한식 섭취에 대한 기존 연구로는 식사패턴 지수 개발 및 검증[13-14]을 하고, 이를 적용한 연구[15]가 있다. 이 연구들에서 식사패턴 지수는 3첩 반상의 항목을 기준으로 끼니별 충족된 섭취수를 점수화한 것이다. 한식을 규정한 또 다른 연구로는 전문가를 대상으로 한 한식 인식 조사[16]와 한식 데이터베이스 작성연구가 있다[17]. 이 두 연구들에서는 한식 관련 분야 전문가들을 대상으로 한식의 범위에 대한 실증적인 연구 조사를 수행하여, 한국인이 먹는 음식들의 한식 여부를 결정하였다.

Kang 등[18]의 결혼이민여성의 식생활 연구에 의하면 한국 거주기간 4년 이상 그룹이 4년 미만 그룹보다 한식의 선호 및 관심이 높게 나타났고, 식생활적응 점수도 유의적으로 높았다. 또한 Yang 등[19]의 지역별 결혼이민 여성의 건강상태와 한국 거주기간과 식생활 및 식습관과 관련된 연구에서 거주기간이 길수록 규칙적이고 균형적인 식사의 점수가 높아 긍정적인 식생활 변화를 보였던 반면, Lee[20]의 결혼이민여성의 스트레스와 영양 및 건강 상태에 관한 연구에서는 거주기간이 길수록 스트레스로 인한 영양소 섭취상태, 식습관 및 건강상태에 부정적인 결과가 나타났다.

한식과 사회경제학적 변수의 연관성을 본 연구 중 Kim 등[21]의 연구에서는 결혼이민여성의 남편과의 거주기간이 길수록 한식 섭취수준이 높았다. Kim 등[22]의 연구에서는 월평균소득이 200만원 이하인 대상자가 모국음식을 그리워하거나 모국음식을 사기 위해 노력한 경우가 200만원 이상인 대상자보다 유의적으로 많았다. 또한 한국어 능력이 식문화 적응에 긍정적 영향을 미치는 요인임을 밝혔다. 한국의 결

혼이민여성의 식생활 및 식행동에 영향을 미치는 요인을 분석한 Han 등 [10]의 연구에서 학력이 낮은 결혼이민여성들이 한국 음식에 대한 만족도가 높은 것으로 나타났다.

본 연구에서는 Kang 등 [17-18]과 Lee 등 [16]의 한식 인식 연구를 기반으로 FiLWHEL 연구의 필리핀 결혼이민여성 대상자의 한식의 섭취실태를 파악하였다. 또한 한식 섭취율이 높은 필리핀 결혼이민여성들의 사회경제학적 특징을 조사하였다.

## 연구 대상 및 방법

### 1. 연구 대상 및 기간

본 연구의 대상자는 2014년 3월부터 2016년 4월까지 모집하였고 모집 장소는 서울, 대전, 경기도 지역과 그 외 인천, 논산에서 진행되었다. 한국인 남성과 결혼한 필리핀 여성이라면 참가가 가능하였고, 대상자 모집은 지역사회에서 활발히 활동하고 있는 필리핀인들을 통해 모집 정보를 보급하거나 개인적인 연락 혹은 소셜 미디어를 통해 이루어졌다. 총 모집 인원은 504명이다. 필리핀 여성건강연구 (Filipino Women's Diet and Health Study, FiLWHEL)의 연구 설계 및 대상자 모집에 대해서는 다른 논문에 자세히 서술된 바 있다 [23]. 본 연구에서는 504명의 대상자 중 한식 섭취 실태 파악을 위해 24시간 회상법 자료가 없는 7명을 제외하였다. 또한 하루 중 섭취한 총 열량에 자연로그를 취한 후 그 평균값에 표준편차 (standard deviations, SD)의 2배 값을 뺀 열량과 더한 열량인 에너지 극단값을 가진 23명을 제외하였고, 이에 474명을 최종적으로 분석에 포함하였다. 대상자 모두 참가동의 서명을 하였으며 숙명여자대학교에서 내부 윤리심의위원회 (Institutional Review Board (IRB)의 승인을 받았다 [IRB No. SMWU-1311-BR-012].

### 2. 설문조사 및 대사관련 지표 조사

나이, 결혼 여부, 교육수준, 고용상태, 연 가계 소득, 자녀 수, 시부모와의 동거 여부 등 인구사회학적 요인을 조사하였고 국내 거주기간을 조사하였다. 또한 대상자들에게 스스로의 읽기, 쓰기, 말하기, 이해의 총 4가지 항목에 대한 한국어 능력을 답하도록 하였다. 한국어 능력 변수는 스스로의 읽기, 쓰기, 말하기, 이해의 총 4가지 항목에 대해 각각 1점부터 4점의 점수를 매겨 합산하였다. 건강행위 변수로 신체활동, 음주와 흡연 상태를 조사하였다. 대부분의 조사가 현장에서 이루어지고 일부는 방문 전 온라인 설문, 전화 인터뷰 방법을 사용하였다. 또한 현장에서 정확히 답하지 못한 항목들을 전화를 통해 추가 질문을 하여 수정하였다. 체질량지수

(body mass index, BMI)는 체중 (kg)에 키 (m)<sup>2</sup>를 나누어 계산하였다. 혈압은 대상자들이 안정을 취한 다음 수은혈압계를 이용하여 5분 간격으로 이완기 혈압 (diastolic blood pressure, DBP)과 수축기 혈압 (systolic blood pressure, SBP)을 2번 측정하여 평균값을 냈다. 고혈압의 유병 여부는 Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure (JNC) 기준에 따라 정상혈압 (SBP<120 mmHg and DBP<90 mmHg), 고혈압 전단계 (SBP: 120-140 mmHg or DBP: 80-90 mmHg), 고혈압 단계 (SBP≥140 mmHg or DBP≥90 mmHg)로 나누고 고혈압 약을 복용한 경우를 포함하여 확인하였다. 당뇨병은 공복혈당 (fasting glucose)이 126 mg/dL 이상인 경우, 당화혈색소 (glycated hemoglobin, HbA1c)가 6.5% 이상인 경우, 당뇨병 약을 복용한 경우로 정의하였다.

### 3. 식사섭취 조사 및 음식분류

식사섭취 조사는 24시간 회상법을 이용하였고, 모두 면담으로 이루어졌다. 대상자는 식사 장소, 식사 및 간식시간, 지난 24시간 동안의 섭취한 모든 식품 및 음료의 종류 및 양을 설명하였다. 가능한 한 조리법도 설명하여 음식 분류의 정확도를 높였으며 영양보충제와 복용한 약의 정보도 설문 포함하였다. 하루 중 섭취한 양의 회상을 돕기 위하여 음식 모형, 사진, 정량화 도구 그리고 1회 섭취 분량 단위를 사용하였다. 수집된 데이터는 CAN-pro 4.0 (Computer Aided Analysis Program 4.0)에 입력하여 코드화하였다.

필리핀 이민여성들이 하루 중 섭취한 음식의 종류는 한식, 필리핀식, 그리고 공통식으로 분류하였다. 공통식은 한국과 필리핀 모두에서 섭취되는 음식으로 빵류, 과일류, 디저트류나 스낵케티, 소시지와 같은 가공식품 등이 해당된다. 한식의 형태로 섭취했으나 일반적인 한식 재료를 사용하지 않은 경우는 필리핀 보조연구원과 퍼스널 커뮤니케이션 (Personal communication)을 통해 파악할 수 있었다 [24]. 퍼스널 커뮤니케이션 (Personal communication)은 연구보조원이 근무하는 연구실에서 진행하였고, 소요시간은 약 30~40분이었다. 연구보조원은 연구 대상자의 1일 24시간 회상법 기록지를 보며 주요 질문에 대한 답을 주었고, 인터뷰 내용은 즉각 기록하였다.

### 4. 한식 섭취율 도출

대상자들이 섭취한 음식은 한식, 필리핀식, 그리고 공통식으로 분류를 하였으며 한식섭취의 실태조사를 위해 본 연구는 한식 섭취율을 주요 지표로 사용하였다. 연구 결과의 표

에서 한식의 영문표기는 한국음식용어사전을 사용하였다 [25]. 한식 섭취율은 24시간 회상법 데이터를 이용하여 대상자 개인의 한식 섭취 수준을 나타낸 것으로, 대상자들이 하루 중 섭취한 모든 음식의 수에서 섭취한 한식의 수를 나누어 계산하였다. 예로 하루에 섭취한 총 음식 섭취 수가 16개 이고, 그 중 한식 음식이 8개라면 백분율로 나타내면 50%이다. 대상자가 하루에 중복 섭취한 음식은 그대로 횟수를 반영하여 포함하였다. 한식 섭취율 도출은 제4기(2007-2009) 국민건강영양조사의 식생활 조사를 활용하여 남녀별 한식 섭취율을 나타낸 Kang 등[18]의 방법과 같으며 본 연구에서는 한식 여부를 결정하는 데 Kang 등[18]의 한식 데이터베이스를 사용하였다. Lee 등[16] 연구에서 일반인들에게 제4기(2007-2009) 국민건강영양조사에서 50회 이상 섭취된 음식 512종에 대해 한식 여부에 대한 설문을 수행하였다. Kang 등[18] 연구에서 한식 전문가와 식품, 영양, 조리 관련 학과의 대학교수로 이루어진 14명의 전문가 포커스 그룹이 512종의 한식여부를 검토하였고, 추가로 50회 미만 섭취된 810종에 대해서도 토의를 거쳐 총 1,322종의 음식의 한식 여부를 결정하였다. Kang 등[18]은 이를 바탕으로 제4기(2007-2009) 국민건강영양조사에서 대상자들이 섭취한 음식들을 한식으로 구분하는 한식 데이터베이스를 구축하였다.

또한 국민건강영양조사의 음식코드 첫 2자리를 활용하여 29개 음식군으로 분류한 후 각 음식군 별로 한식 가짓수를 계산하였다. 음식군은 밥류, 빵 및 과자류, 면 및 만두류, 죽 및 스프류, 국 및 탕류, 찌개 및 전골류, 찜류, 구이류, 전·적 및 부침류, 볶음류, 조림류, 튀김류, 나물숙채류, 생채무침류, 김치류, 젓갈류, 장아찌 및 절임류, 장류 및 양념류, 유제품류 및 빙과류, 음료 및 차류, 주류, 과일류, 당류, 곡류·서류 제품, 두류 및 견과 및 종실류, 채소 및 해조류, 수조어육류, 유지류, 기타로 나누었다.

## 5. 통계적 분석

FiLWHEL 대상자의 일반적 특성과 한식 섭취율 4분위수에 따른 특성을 요약하기 위해 기술통계방법으로 평균, 표준편차, 빈도를 산출하였다. 연속형 변수는 평균±표준편차로, 범주형 변수는 빈도(%)로 나타내었다. 연속형 변수와의 유의성 검증은 정규분포를 따를 경우 일원배치 분산(one-way analysis of variance; one-way ANOVA)을 이용하였고, 정규분포를 따르지 않을 경우 크리스칼-왈리스 검증(Kruskal-Wallis test)을 이용하였다. 일원배치 분산으로 분석한 경우 Tukey 사후검정(Post-hoc test)을 실시하였다. 두 범주형 변수의 분포가 상호 독립적인지 카이제곱 검

Table 1. Characteristics of the participants

	N <sup>1)</sup>	Mean ± SD or %
Age, years	474	34.32 ± 8.05
Age, %		
20-29	152	32.07
30-34	101	21.31
35-39	98	20.68
40+	123	25.95
Years of residence, years	455	8.20 ± 5.31
Years of residence		
0-4	145	31.87
5-9	145	31.87
10+	165	36.26
BMI (kg/m <sup>2</sup> )	472	23.53 ± 3.93
BMI (kg/m <sup>2</sup> )		
0 < 18.5	23	4.87
18.5 < 23	202	42.80
23 < 25	102	21.61
25 < 30	120	25.42
30+	25	5.30
Alcohol intake		
Never	134	29.07
Past	69	14.97
Current	258	55.97
Smoking status		
Never	429	91.28
Ever	41	8.72
Vigorous activity		
No	378	81.64
Yes	85	18.36
Education		
High school or below	153	32.42
Associate/College or above	319	67.58
Occupation		
Employed	189	40.04
Housewife	217	45.97
Self-employed	23	4.87
Others	43	9.11
No. of children		
0	81	17.20
1	167	35.46
2	164	34.82
3	52	11.04
4+	7	1.49
Hypertension <sup>2)</sup>		
No	248	52.54
Pre-hypertension	124	26.27
Hypertension	100	21.19
Type 2 diabetes <sup>3)</sup>		
No	339	73.22
Pre-diabetes	107	23.11
Diabetes	17	3.67

Abbreviations: SD, standard deviations; BMI, body mass index

- 1) Number of participants did not sum to 474 for a few variables because some participants did not provide information on those variables.
- 2) Prehypertension was defined as  $120 \leq \text{SBP} < 140$  or  $80 \leq \text{DBP} < 90$  mmHg and hypertension was defined as  $\text{SBP} \geq 140$  or  $\text{DBP} \geq 90$  mmHg or if participants reported to have hypertension or take medication.
- 3) Pre-diabetes was defined as  $5.6\% \leq \text{HbA1c} < 6.5\%$  or  $100 \leq \text{glucose} < 126$  mg/dL and diabetes was defined as  $\text{HbA1c} \geq 6.5\%$  or  $\text{glucose} \geq 126$  mg/dL or if participants reported to have diabetes or take medication.

정(chi-square test)으로 평가하였다. 한국 거주기간 및 남편과의 거주기간과 한식 섭취율과의 연관성은 일반 선형 모형 (general linear model; GLM)으로 분석하였다. 또한 사회경제학적 변수 및 한국어 능력 변수와 한식 섭취율과의 연관성은 다중 로지스틱 회귀분석 (multivariable logistic regression)을 이용하여 오즈비 (odds ratio; OR)와 95% 신뢰구간 (confidence intervals; CI)을 산출하였다. 모든 통계분석은 SAS software version 9.4 통계 패키지 프로그램을 활용하여 분석하였으며, 통계적 유의성은  $P < 0.05$  수준에서 양측 검정하였다.

## 결 과

### 1. 연구대상자의 특성

연구 대상자들은 모두 한국인과 결혼한 필리핀 이민여성으로 총 474명의 평균나이는  $34.32 \pm 8.05$ 세였다 (Table 1). 나이를 20대, 30-34세, 35-39세, 40대 이상으로 나누었을 때 20-29세가 32.07%, 30-34세가 21.31%, 35-39세가 20.68%, 40세 이상이 25.95%이었다. 한국에서의 거주기간의 평균은  $8.20 \pm 5.31$ 년으로 기간을 5년 단위로 나누었을 때 10년이상 거주한 대상자가 가장 많았다. 체질량 지수의 평균 (표준편차)은  $23.53 \pm 3.92 \text{ kg/m}^2$  이

었다. 체질량 지수가  $25 \text{ kg/m}^2$  이상인 대상자 백분율은 30.72%이었다. 조사 시 음주를 한다고 대답한 백분율은 55.97% 이었고, 흡연의 유경험자는 8.72%이었다. 직업학교나 대학을 졸업한 백분율은 67.58%이었다. 고용 상태는 가정 주부가 45.97%, 직장인 혹은 자영업 중인 대상자가 44.91%으로 비슷한 비율을 보였다. 자녀의 수는 1명 혹은 2명이 많았는데 1, 2명의 자녀를 둔 대상자가 331명으로 70.28%에 해당했다. 고혈압 전 단계와 고혈압인 대상자가 224명 (47.46%)으로 절반에 가까웠다. 혈당수치가 정상인 대상자는 339명 (73.22%)이며 당뇨 전 단계의 대상자는 107명 (23.11%), 당뇨진단 받은 대상자는 17명 (3.67%) 이었다.

### 2. 섭취한 음식의 분류 및 빈도

대상자 474명중 98.52%가 한식을 섭취하였고 섭취 음식 가짓수는 하루 평균 6.75개이었다 (Table 2). 공통식은 대상자 중 94.09%가 섭취하였고, 하루 평균 3.93개 섭취하였다. 반면 필리핀식은 대상자 중 39.45%가 섭취하였고 음식 가짓수가 하루 평균 1.76개로 한식과 공통식에 비해 적었다. 섭취한 한식의 음식의 종류는 총 323가지였고, 전체 음식 중 54.10%에 해당했다. 섭취한 공통식의 종류는 총 176가지, 필리핀식의 종류는 총 98가지였다.

**Table 2.** Number of participants who consumed Korean, common or Filipino foods and number of food items consumed

Foods	No. of participants (%) <sup>1)</sup>	Average food items consumed per day per person	Total number of food items consumed (%) <sup>2)</sup>
Korean foods	467 (98.52)	6.75	323 (54.10)
Common foods	446 (94.09)	3.93	176 (29.48)
Filipino Foods	187 (39.45)	1.76	98 (16.42)

1) The proportion of participants who consumed Korean, common or Filipino foods out of a total of 474 participants

2) The proportion of each food item consumed out of a total of 597 items from Korean, common, and Filipino foods consumed in this population. Food items that participants consumed more than once were counted once rather than multiple times.

**Table 3.** Ranks of Han-sik consumed

Rank	Han-sik	Freq	% <sup>1)</sup>
1	Ssalbap (Cooked rice)	623	19.77
2	Baechu-kimchi (Cabbage kimchi)	258	8.19
3	Japgokbap (Rice with assorted grains)	230	7.30
4	Dalgyl fry (Pan fried egg)	102	3.24
5	Apple	61	1.94
6	Godeungeo-gui (Grilled mackerel)	60	1.90
7	Kimchi-jjigae (Kimchi stew)	56	1.78
8	Myeolchi-bokkeum (Stir fried anchovy)	50	1.59
9	Miyeokguk (Seaweed soup)	44	1.40
10	Samgyeopsal-gui (Grilled pork belly)	42	1.33

1) The proportion was calculated by dividing frequency by total frequency of all foods consumed (total frequency of Han-sik = 9637).

대상자들이 섭취한 한식의 다빈도 순위를 나타냈을 때 (Table 3), 쌀밥을 623회로 19.77%의 최고 빈도로 섭취하였고 다음이 배추김치 8.19%, 잡곡밥 7.30%였고 반찬은 달걀 프라이, 사과, 고등어구이, 김치찌개, 멸치볶음 순이었다. 국류는 김치찌개, 미역국이 가장 빈도가 높았다.

**3. 일반적이지 않은 재료의 한식 섭취**

필리핀 이민여성이 섭취한 한식조리에 사용된 재료의 일부가 한식의 일반적인 재료와는 다른 것이 있었다(Table 4). 음식들 모두 일반적이지 않은 재료는 한 가지만 사용했고, 조리방법에 있어서도 한식의 조리법에 따랐기 때문에 한식으로 분류된 것들이다. 필리핀의 대중적인 조미료 (Magic Sarap, MSG ajinomoto, Chicken cube)가 밥류, 국류, 김치류, 그리고 구이류 등 다수의 음식에 사용되었다. 또한 필리핀의 대중적인 식재료인 오크라(Okra)가 사용됨을 확인할 수 있었다. 대상자들이 토마토 케찹을 삼치구이에 바르거나 밥에 코코넛밀크나 설탕을 첨가하여 짓는 것은 한식의 기준에서는 재료가 독특하게 사용된 경우였다.

**4. 음식군별 한식 가짓수 분석**

필리핀 결혼이민여성이 섭취한 음식군 별로 한식의 가짓수를 산출하였다(Table 5). 음식군 중 죽, 속채, 김치, 발효 음식의 경우는 모두 한식으로 섭취하였고, 한식에는 포함되지 않는 빵 및 과자류와 유제품류 및 빙과류는 대부분 공통식이거나 필리핀식이었다. 반면 한식, 공통식, 필리핀식에서 모두 사용되는 조리법인 찜류와 구이류의 음식은 각각 22가지 중 18가지, 47가지 중 43가지로 한식이 높은 비율을 차지하였다. 장아찌 및 절임류는 절반이 한식이었고, 장류 및 양념류의 경우 한식의 양념은 20가지 중 6가지로 상대적으로 다른 음식에 비해 한식에 해당하는 음식 가짓수가

**Table 5.** Number of Han-sik dishes<sup>1)</sup>

Dish group	No. of Dishes	No. of Han-sik Dishes
1 Cooked rice	14	9
2 Breads and baked products	24	1
3 Noodles and dumplings	16	7
4 Porridges	1	1
5 Soups	48	34
6 Stews	40	18
7 Steamed food	22	18
8 Grilled food	47	43
9 Pan-fried food	17	9
10 Stir-fried food	27	16
11 Braised food	21	14
12 Deep-fried food	26	6
13 Cooked and seasoned vegetables	14	14
14 Seasoned fresh vegetables of other food	43	39
15 Kimchi	17	17
16 Salted Seafood	4	4
17 Pickled or preserved food	10	5
18 Seasoning	20	6
19 Milk and milk products	10	0
20 Beverages and tea	43	14
21 Alcoholic beverages	3	1
22 Fruits	37	19
23 Sugars and sweets	36	3
24 Grain, starch and grain products	8	5
25 Legumes, nuts and seeds	11	5
26 Vegetables and seaweeds	10	5
27 Meat, poultry and fish	19	8
28 Oils	3	1
29 Others	6	1
Total	597	323

1) Number of Han-sik dishes that participants consumed more than once was counted once rather than multiple times.

**Table 4.** Atypical ingredients used for Han-sik

Ingredient	Han-sik
Magic Sarap (Filipino seasoning)	Grilled fish, Grilled beef, Godeungeo-jjigae (mackerel stew), Kimchi-jjigae (Kimchi stew), Dwaejjigogi gangjeong (sweet and sour Pork), Kimchi bokkeum (stir-fried Kimchi)
MSG ajinomoto (Filipino seasoning)	Dalgyal fry (pan fried egg), Dakgangjeong (fried boneless chicken with sweet and spicy sauce)
Chicken cube (Seasoning)	Yachae bokkeum (stir-fried vegetables), Miyeokguk (seaweed soup), Dalgyal fry (pan fried egg), Nakjibokkeum(stir fried octopus)
Okra	Juk (porridge)
Tomato ketchup	Yachea-jjigae (vegetable soup)
Pig liver	Samchi-gui (grilled Spanish mackerel)
Salmon	Bibimbap (cooked rice with assorted vegetables and beef)
Coconut milk, sugar	Donkkas pork cutlet
Lobster	Cooked rice
Coconut oils	Kimchi-jjigae (Kimchi stew)
Soda (cola)	Saeu twigim (fried shrimp)
	Tokki-jjigae (rabbit stew)

적었다.

**5. 한식 섭취율에 따른 대상자들의 특성**

한식 섭취율을 4분위수로 나누어 대상자들의 특성은 Table 6에 나타내었다. 한식 섭취율은 전체 평균 58.57%로 한국인의 한식 섭취율 연구 결과인 81%보다 적었다[18]. 대상자들의 한식 섭취율이 높아질수록 하루 평균 섭취열량이 낮아지고, 한식 섭취율이 가장 높은 집단인 제 4사분위에서 하루 평균 섭취열량이 가장 낮게 나타났지만 통계적으로 유의하지 않았다(P=0.07). 한식 섭취율에 따라 대상자의 나이, 거주기간 비율, 체질량지수는 차이가 없었다.

**6. 필리핀식 섭취율에 따른 대상자들의 특성**

필리핀식 섭취율에 따른 대상자들의 특성을 Table 7에서 나타내었다. 필리핀 음식을 섭취한 대상자들을 필리핀식 섭취율 평균을 기준으로 두 그룹으로 나눈 후, 필리핀 음식을 섭취하지 않은 그룹을 포함하여 세 그룹을 비교하였다. 세 그룹 중 적어도 한 그룹의 하루 섭취 열량이 달랐다(P=0.004). 사후검정으로 각각 두 그룹씩 비교했을 때 필리핀 음식 섭취율이 평균 이상인 대상자들의 열량이 필리핀 음식을 섭취하

지 않는 대상자들이 섭취한 열량보다 통계적으로 유의하게 높았다(p=0.003). 필리핀식 섭취율이 평균 이상인 그룹에서 10년 이상 거주한 비율이 가장 높았고, 평균 미만인 그룹에서 10년 이상 거주한 비율이 가장 낮았다. 나이와 체질량지수는 필리핀 섭취율에 따라 차이가 없었다.

**7. 한식 섭취율에 따른 대상자의 한국 거주기간과 남편과의 거주기간**

필리핀 이민 여성의 한국 거주기간과 한식 섭취율은 연관성을 보이지 않았다(Table 8). 남편과의 거주기간은 한식 섭취율이 가장 높은 집단(제 4사분위수)이 상대적으로 길었지만 전반적인 경향성이 없었다(p trend=0.30).

**8. 한식 섭취율과 사회경제학적 변수와의 연관성**

한식 섭취율에 따른 사회경제학적 변수를 Table 9에 나타냈다. 한식 섭취율은 교육수준(직업학교/대학 졸업 vs. 고등학교 졸업 이하), 연간 가구소득(연 2000 만원 이상 vs. 연 2000 만원 미만), 한국어 능력(높음 vs. 낮음)과 통계적으로 유의하게 연관성이 없었다. 한식 섭취율과 시부모와의 동거여부(동거 vs. 비동거)와의 연관성을 살펴봤을 때, 한식

**Table 6.** Characteristics according to ratio of Han-sik<sup>1)</sup>

	Quartiles of ratio of Han-sik				P-value <sup>2)</sup>
	Q1	Q2	Q3	Q4	
N	119	110	121	124	
Ratio of Han-sik, <sup>3)</sup> mean ± SD	30.13 ± 11.10	51.89 ± 4.58	66.42 ± 4.30	84.14 ± 7.75	<0.0001
Ratio of Filipino foods, <sup>4)</sup> mean ± SD	15.10 ± 14.85	7.00 ± 11.39	3.66 ± 6.05	1.94 ± 4.91	<0.0001
Energy intake (kcal/d), mean ± SD	1,915.35 ± 678.77	1,859.70 ± 616.09	1,778.54 ± 642.68	1,712.32 ± 604.00	0.07
Age (years), mean ± SD	33.03 ± 7.87	34.55 ± 8.46	35.72 ± 8.09	34.00 ± 7.68	0.07
Age, N (%)					0.25
20-39	94 (78.99)	82 (74.55)	82 (67.77)	93 (75.00)	
40+	25 (21.01)	28 (25.45)	39 (32.23)	31 (25.00)	
Years of residence in Korea <sup>5)</sup> , N (%)					0.37
0-3	27 (23.68)	23 (21.90)	24 (20.51)	25 (20.66)	
4-6	29 (25.44)	13 (12.38)	18 (15.38)	22 (18.18)	
7-9	24 (21.05)	26 (24.76)	28 (23.93)	33 (27.27)	
10+	34 (29.82)	43 (40.95)	47 (40.17)	41 (33.88)	
BMI <sup>5)</sup> (kg/m <sup>2</sup> ), mean ± SD	24.07 ± 4.02	23.46 ± 3.70	23.60 ± 3.97	23.11 ± 3.45	0.20

Abbreviations: SD, standard deviations; BMI, body mass index

1) Ratio of Han-sik, the level of Han-sik intake was calculated by dividing the number of Korean foods consumed by the number of all foods consumed per day. Food items that participants consumed more than once per day were counted multiple times as it is, rather than once.

2) ANOVA or Kruskal-Wallis test was used for continuous variables and chi-square test was used for categorical variables.

3) Tukey post-hoc test was used. Each comparison for two categories showed a significant difference (p value<0.05)

4) Tukey post-hoc test was used. Each comparison for two categories showed a significant difference (p value<0.05) except Q3 vs. Q2 (p value=0.06) and Q4 vs. Q3 (p value=0.54)

5) A few participants had missing data.

**Table 7.** Characteristics according to ratio of Filipino foods<sup>1)</sup>

	Ratio of Filipino foods			P-value <sup>2)</sup>
	Non-consumers	Consumers		
		Below the mean	Mean or above	
N	287	93	94	
Ratio of Filipino foods <sup>3)</sup> , mean ± SD	0.00 ± 0.00	9.18 ± 2.31	25.62 ± 11.71	<0.0001
Ratio of Han-sik <sup>4)</sup> , mean ± SD	65.22 ± 19.24	41.37 ± 19.49	55.29 ± 19.15	<0.0001
Energy intake (kcal/d) <sup>5)</sup> , mean ± SD	1,746.48 ± 615.72	1,838.99 ± 689.19	1,997.42 ± 625.68	0.004
Age (years), mean ± SD	34.07 ± 8.17	35.78 ± 8.12	33.66 ± 7.51	0.14
Age, %				0.06
20-39	214 (74.56)	76 (80.85)	61 (65.59)	
40+	73 (25.44)	18 (19.15)	32 (34.41)	
Years of residence in Korea <sup>6)</sup> , %				0.02
0-3	63 (22.66)	22 (25.29)	14 (15.22)	
4-6	49 (17.63)	14 (16.09)	19 (20.65)	
7-9	72 (25.90)	26 (29.89)	13 (14.13)	
10+	94 (33.81)	25 (28.74)	46 (50.00)	
BMI <sup>6)</sup> (kg/m <sup>2</sup> ), mean ± SD	23.39 ± 3.52	23.48 ± 3.93	24.16 ± 4.40	0.28

Abbreviations: SD, standard deviations; BMI, body mass index

- 1) Ratio of Filipino foods, the level of Filipino foods intake was by dividing the number of Filipino foods consumed by number of all foods consumed per day. Food items that participants consumed more than once per day were counted multiple times as it is, rather than once.
- 2) ANOVA or Kruskal-Wallis test was used for continuous variables and chi-square test was used for categorical variables.
- 3) Tukey post-hoc test was used. Each comparison for two categories showed a significant difference (p value<0.05).
- 4) Tukey post-hoc test was used. Each comparison for two categories showed a significant difference (p value<0.05).
- 5) Tukey post-hoc test was used. Comparison for mean or above vs. non-consumers showed a significant difference (p value<0.05) but the other two comparisons did not show a significant difference.
- 6) A few participants had missing data.

**Table 8.** Least-squares means (95% confidence intervals) of years of residence and years of living together with husband according to ratio of Han-sik

	Quartiles of ratio of Han-sik <sup>1)</sup>				P-trend
	Q1	Q2	Q3	Q4	
Years of residence (N=457)					
N <sup>2)</sup>	114	106	116	121	
Crude	5.51 (4.67-6.50)	6.41 (5.40-7.61)	6.54 (5.55-7.71)	6.17 (5.25-7.24)	0.33
Age-adjusted	6.24 (5.50-7.08)	6.13 (5.38-6.99)	5.92 (5.22-6.71)	6.27 (5.55-7.08)	0.94
Multivariate-adjusted <sup>3)</sup>	6.20 (5.47-7.04)	6.16 (5.41-7.02)	5.92 (5.23-6.71)	6.28 (5.56-7.10)	0.99
Years of living together with husband (N=453)					
N <sup>2)</sup>	113	103	116	120	
Crude	4.91 (4.25-5.68)	5.63 (4.85-6.55)	5.90 (5.11-6.80)	5.87 (5.10-6.76)	0.07
Age-adjusted	5.39 (4.79-6.06)	5.46 (4.83-6.16)	5.48 (4.88-6.15)	5.94 (5.30-6.65)	0.26
Multivariate-adjusted <sup>3)</sup>	5.41 (4.81-6.09)	5.45 (4.82-6.15)	5.48 (4.88-6.15)	5.92 (5.29-6.63)	0.30

- 1) Median values in each quartile of ratio of Han-sik were 33.33%, 50.00%, 66.67%, and 81.82%, respectively.
- 2) The number of participants did not sum to 474 because a few participants did not provide information.
- 3) Model was adjusted for age (years, continuous), energy (kcal/d, continuous), education (high school or below, associate/college or above) and BMI (<18.5, 18.5-<23, 23-<25, ≥25 kg/m<sup>2</sup>)

섭취율이 가장 높은 집단(제 4사분위수)이 한식 섭취율이 가장 낮은 집단(제 1사분위수)보다 시부모와 동거할 오즈가 2.41배 높았다(odds ratio 2.41; 95% confidence intervals 1.18-4.92, p-trend = 0.002).



**Table 9.** Odds ratios (95% confidence intervals) of socioeconomic status according to ratio of Han-sik

	Quartiles of ratio of Han-sik <sup>1)</sup>				P-trend
	Q1	Q2	Q3	Q4	
Educational attainment (associate/college or above vs. high school or below)					
College or above (N) / all (N) <sup>2)</sup>	82/119	74/109	83/120	80/124	
Crude	1.00 (ref)	0.95 (0.55-1.67)	1.01 (0.59-1.75)	0.82 (0.48-1.40)	0.54
Age-adjusted	1.00 (ref)	0.87 (0.49-1.54)	0.88 (0.50-1.54)	0.77 (0.45-1.33)	0.38
Multivariate-adjusted <sup>3)</sup>	1.00 (ref)	0.91 (0.50-1.64)	0.91 (0.51-1.62)	0.86 (0.48-1.51)	0.61
Total annual family income (₩20,000,000 or below vs. above ₩20,000,000)					
₩20,000,000 or below (N) / all (N) <sup>4)</sup>	59/92	71/101	59/85	68/95	
Crude	1.00 (ref)	1.32 (0.72-2.42)	1.27 (0.68-2.38)	1.41 (0.76-2.61)	0.29
Age-adjusted	1.00 (ref)	1.34 (0.73-2.45)	1.29 (0.68-2.45)	1.42 (0.76-2.63)	0.28
Multivariate-adjusted <sup>5)</sup>	1.00 (ref)	1.33 (0.71-2.51)	1.25 (0.65-2.42)	1.39 (0.73-2.67)	0.35
Cohabitation with parents-in-law (yes vs. no)					
Yes (N) / all (N) <sup>6)</sup>	15/119	11/109	23/120	30/124	
Crude	1.00 (ref)	0.78 (0.34-1.78)	1.64 (0.81-3.33)	2.21 (1.12-4.37)	0.005
Age-adjusted	1.00 (ref)	0.86 (0.37-1.97)	2.00 (0.97-4.12)	2.44 (1.22-4.89)	0.002
Multivariate-adjusted <sup>5)</sup>	1.00 (ref)	0.81 (0.35-1.88)	1.97 (0.95-4.11)	2.41 (1.18-4.92)	0.002
Linguistic competence (high vs. low)					
High (N) / all (N) <sup>7)</sup>	76/119	62/111	62/120	88/124	
Crude	1.00 (ref)	0.72 (0.42-1.22)	0.61 (0.36-1.02)	1.38 (0.81-2.37)	0.41
Age-adjusted	1.00 (ref)	0.71 (0.42-1.21)	0.60 (0.36-1.01)	1.38 (0.80-2.36)	0.41
Multivariate-adjusted <sup>5)</sup>	1.00 (ref)	0.70 (0.41-1.22)	0.60 (0.35-1.02)	1.40 (0.80-2.45)	0.39

1) Median values in each quartile of ratio of Han-sik were 33.33%, 50.00%, 66.67%, and 81.82%, respectively.  
 2) In the logistic regression models, participants who graduated from associate/college or above were regarded as an event.  
 3) Model was adjusted for age (years, continuous), energy (kcal/d, continuous), BMI (<18.5, 18.5-<23, 23-<25, ≥25 kg/m<sup>2</sup>), and total annual family income (₩20,000,000 or below, above ₩20,000,000)  
 4) In the logistic regression models, participants whose total annual family income was ₩20,000,000 or below were regarded as an event.  
 5) Model was adjusted for age (years, continuous), energy (kcal/d, continuous), BMI (<18.5, 18.5-<23, 23-<25, ≥25 kg/m<sup>2</sup>), and education (high school or below, associate/college or above)  
 6) In the logistic regression models, participants who cohabitated with parents-in-law were regarded as an event.  
 7) In the logistic regression models, participants who had high linguistic competence were regarded as an event.

## 고 찰

필리핀 결혼이민여성이 섭취한 음식을 한식, 공통식, 그리고 필리핀식으로 분류했을 때 24시간 회상법으로 조사한 날에 한식을 섭취한 사람의 수가 필리핀식을 섭취한 사람 수보다 2배 정도 많았고, 섭취한 음식 가짓수를 봤을 때에도 필리핀 음식보다 한식을 다양하게 섭취하고 있었다. 베트남, 필

리핀, 중국, 일본 결혼이민여성을 대상으로 한 연구 [4]에서 한국에서 모국의 음식섭취가 적은 이유를 가족들의 거부 반응 및 모국음식 제한을 강요, 재료구입의 어려움 등으로 설명하였고, Jeong 등 [26]의 연구에서는 한식의 영양적 우수성을 인지하여 한식에 적응하려 노력하였기 때문이라고 밝혔다. 본 연구의 필리핀 결혼이민여성이 섭취한 한식의 다빈도 순위에는 여러 연구에서 조사된 이민여성들의 선호 음식이 포함되어 있다. 선행 연구에서 이민여성들이 선호하는 음

식은 갈비, 불고기 등 쇠고기와 비빔밥, 김치, 잡채[11], 삼겹살, 불고기, 김치찌개, 비빔밥, 배추김치, 김밥[21]이 있다.

필리핀 결혼이민여성들이 섭취한 다빈도 한식 순위에서 상위 순위에는 밥, 김치, 찌개가 포함되었다. 국민영양조사 1기에서 4기까지의 자료를 이용해 일상적인 우리나라 가정식의 변화를 분석한 연구[27, 28]에서 ‘밥, 국, 김치’로 구성된 식단이 모든 연령에서 가장 많은 비율을 차지하는 것으로 보아 필리핀 결혼이민여성의 가정에서의 한식의 구성이 한국가정의 한식 구성과 유사함을 알 수 있었다. 또한 다빈도 순위에는 한국 전통 상차림 기준인 3첩 반상의 항목인 밥, 김치, 찌개 그리고 구이, 볶음, 나물이 포함되어있다.

Kim 등[29]의 연구에 의하면 결혼이민여성들은 삶기, 찌기, 데치는 등 생소한 조리법과 식재료 등에서 어려움을 느끼고 있었다. Han 등[10]의 연구에서 한국에 거주하는 필리핀 여성들 15명을 포함한 결혼이민여성 112명을 조사한 결과, 이민 후 육류 조리 시 볶음과 튀김, 구이의 모국의 조리법보다 국, 조림, 찜의 한국의 전통 조리법으로 사용하고, 채소군 역시 한식의 주 채소찬인 숙채가 대상자들이 이민 전 54명에서 이민 후 80명으로 증가하였으며 생채와 채소의 조림, 튀김은 이민 후 감소하였다. 본 연구 대상자들의 필리핀 식 섭취율을 3개의 그룹으로 나누어 대상자의 특성을 봤을 때 대상자들의 필리핀식 섭취율이 높을수록 하루 평균 섭취 열량이 높았다. 이는 튀김 및 볶음이 주 조리법인 필리핀식의 특성을 반영했다고 할 수 있다.

본 FiLWHEL의 필리핀 결혼이민여성들이 섭취한 한식 중 일반적이지 않은 재료로 조리된 음식들이 있었다. 서울지역 성인 240명을 대상으로 섭취한 음식유형을 평가하고 분류한 연구기준으로 ‘한국절충식’에 해당하는 음식들이었다[30]. 한국에서는 구하기 어려운 필리핀 조미료나 식품을 사용한 경우도 있었지만 한국의 식품으로 필리핀에서 즐겨먹던 요리를 한국식으로 변형하여 섭취하는 경우도 있었다. 베트남, 필리핀, 중국, 일본의 결혼이민여성의 모국음식 이용현황을 비교한 연구에서 타국가 여성보다 필리핀 출신 여성이 1주일 중 1회가 31명(34.4%)으로 가장 많았으며, 자국음식의 변형이유는 ‘재료 구하기 어려움’이 49명(57%)로 가장 높게 나타났고, 다음으로 ‘가족의 향신료 거부감’이 22명(25.6%)이었다[3]. 한편 가족들과 모국문화를 공유하고 싶을 때 모국음식을 조리하거나 가족의 입맛에 맞게 한국식으로 조리해 공유하는 참여자도 있었다[31].

본 연구에서 시부모와 함께 살고 있는 대상자들이 한식 섭취율이 높은 경향을 보였다. Kang[3]의 연구에서 필리핀 이민여성들이 정착 초기, 한식 적응을 위해 한국식으로 요리하려고 하고 시집식구와 함께 사는 경우 자국의 음식을 먹고자 하

는 욕구를 거의 표현하지 못했지만 시집식구 없는 핵가족 형태에서는 상대적으로 필리핀 음식을 먹고 요리하는 빈도수가 잦았다고 보고하였다. 몽골 결혼이민여성을 대상으로 한 연구에서는 시어머니의 영양지식 수준이 높을수록 식생활 적응이 높고 식습관도 양호해졌다[32]. 반면 Han 등[10]의 연구에서는 시부모와의 동거여부와 한국음식 적응소요기간에는 유의적인 연관성이 없었다.

본 연구에서 분석한 필리핀 이민 여성의 한국 거주기간과 한식 섭취율은 유의적 연관성이 없었다. Chae 등[1]의 거주기간에 따른 한식 선호 연구에 따르면 거주기간에 따라 3년 미만군은 ‘한식이 영양적으로 우수하다’는 응답이 55.3%, 3년~7년군은 ‘한식이 맛이 좋다’는 응답이 39.1%, 7년 이상은 3년 미만군과 마찬가지로 ‘한식이 영양이 우수하다’는 응답이 50%이었다. 또한 5점을 만점으로 ‘나는 한식을 잘 만든다’는 문항에 각 군마다 2.7점, 2.9점, 3.5점으로 얻어 한국거주기간이 길수록 자신감이 유의하게 높았다. 같은 맥락으로 Kim 등[29]의 연구에서 ‘한식을 좋아한다’, ‘한식에 관심이 있다’는 답변이 거주기간 4년 이상 그룹이 4년 미만 그룹보다 더 높게 나타났고, 식생활적응 총점에도 4년 이상 그룹이  $22.3 \pm 3.6$ 점으로 4년 미만 그룹의  $19.6 \pm 3.6$ 점보다 유의적으로 더 높게 나타났다. 또한 이민여성들의 긍정적인 식생활 변화로는 거주기간이 길수록 ‘규칙적인 식사’, ‘균형적인 음식 섭취’의 점수가 높아 전체적으로 편식이 없는 균형식을 섭취하고 있었다[19]. 반면, 거주기간이 길수록 가족에 대한 책임의 부담감과 스트레스로 영양소 섭취상태, 식습관 및 건강상태에 부정적인 영향이 있었던 상반된 결과의 연구가 있었다[20].

본 연구에서 한식 섭취율과 남편과의 거주기간과의 연관성이 없었다. 하지만, Kim 등[21]의 연구에서는 남편과 거주기간이 길수록 한식 섭취 수준이 높았고, 그 이유를 한식 적응이나 선호도 결과가 아닌 식품선택에 주체적이지 못하고 본국 음식의 섭취 기회가 부족하여 배우자의 식습관을 따를 수 밖에 없는 상황 때문이라 설명하였다. 2015년 전국다문화가족실태조사에서 어떤 부분에서 부부간에 문화적 차이를 경험하는지를 분석한 결과[33], 여성응답자의 41.2%가 식습관 차이를 원인으로 지목하였고, 이는 다른 요인에 비해 가장 응답수가 많았다. 한편, Han 등[10]의 연구에서는 다문화 가정 부부가 한국인 부부보다 오히려 가정에서의 식사 횟수, 한식 섭취 비율, 가정에서 직접 준비한 음식의 비율이 높았다. 다문화 가정 부부가 한국인 가정 부부보다 한식 섭취율이 95% 이상이거나 가정에서 직접 준비한 음식의 비율이 95% 이상인 가정의 비율이 높았다.

결혼이민여성들의 경제수준과 식습관 및 영양상태를 본 연

구[26]에서는 ‘나는 모국음식을 그리워한다’, ‘나는 모국음식을 사기 위해 노력한다’고 답한 대상자에서 월평균소득이 200만원 이하가 200만원 이상보다 유의적으로 많았다. Kim 등[21]의 연구에서는 사회경제적 수준이 높은 한국으로의 이민 후 본국 거주 시 보다 상대적으로 식품섭취가 증가한 반면, 남편이 저소득이거나 영양상태가 불량할수록 결혼이민 여성의 영양상태도 불량한 경향이 강해졌다. 한편, 다국적의 결혼이민여성의 식생활을 조사한 연구[29]에서는 소득수준에 따라 식생활에 차이는 없었다.

본 연구에서는 한식 섭취율과 교육 수준 간 연관성이 없었지만, 한국의 결혼이민여성의 학력과 식사적응을 본 Han 등[10]의 연구에서는 결혼이민여성들의 한국 음식에 대한 만족도가 높을수록 학력이 낮음이 통계적으로 유의하게 나타났다. 이때 전체 대상자의 15%인 필리핀 여성은 66.7%가 대졸 이상의 학력으로 중국, 우즈베크, 베트남 여성보다 교육 수준이 높았다.

한국의 식문화 적응에 언어 능력 역시 중요한 요인이다. 결혼이민 여성을 위한 영양교육 방안 연구에서는 정착 초기 식문화 적응은 주거환경에서 치솟 정보들을 얻고 서적이나 매스미디어 등을 통해서도 정보를 얻는데 있어 한국어 능력이 부족할 경우 건강 및 영양 정보를 제대로 습득할 수 없다. 이로 인해 이민여성들은 영양정보 취약계층이 되어 시어머니의 잘못된 영양지식도 그대로 따르기도 하고 가족들의 배려 부족 시 식문화 부적응은 증폭된다. Kim 등[29]의 연구에서는 사회적 지지와 함께 높은 언어능력이 이민여성의 한국생활 적응에 긍정적 영향을 미치는 요인임을 밝혔다. 하지만 본 연구에서는 한국어능력과 한식 섭취율은 유의미한 연관성이 없었다.

본 연구는 한국에 거주하는 필리핀 결혼이민여성을 대상으로 개방형 식사조사법을 이용하여 섭취한 음식의 종류, 식재료, 섭취한 양을 분석한 첫 연구이다. 따라서 본 연구에서는 한식 섭취율, 한식 조리 시 사용한 재료, 한식 섭취율에 따른 필리핀 결혼이민여성의 특징을 살펴볼 수 있었다. 본 연구의 장점은 한식 섭취율이 상대적으로 낮은 집단이 존재하므로 한식 섭취율에 있어서 개인 간 변이를 생성할 수 있었다는 점이다. 즉 한국인을 대상으로 시행한 한식 섭취조사는 대상자들의 한식 섭취율이 높아 개인 간 변이가 작아 섭취율에 따른 대상자들의 특성 차를 보기 어렵지만, 본 연구는 필리핀 여성들은 한식 섭취율의 개인 간 변이가 상대적으로 크므로 한식 섭취율과 관련이 있는 요인들을 분석할 수 있었다. 본 연구의 제한점으로는 연구 집단이 편의 표본 추출로 인해 우리나라 필리핀 결혼이민여성의 대표성을 가지지 못한다는 점이다. 따라서 분석결과들을 일반화하기에는 제한

이 있다. 또한 단면연구이므로 인과관계를 확정할 수 없고, 1일 24시간 회상법을 사용하였으므로 일상 섭취를 반영하기 어렵다.

## 요약 및 결론

본 연구는 한국에 거주하는 필리핀 결혼이민여성을 대상으로 개방형 식사섭취조사를 이용하여 섭취한 음식과 양을 분석하여 한식섭취실태를 파악한 연구로 필리핀 결혼이민 여성이 하루 중 섭취한 한식의 종류와 빈도를 보고, 전체 음식에 대한 한식의 비율인 한식 섭취율과 거주기간, 사회경제학적 변수와의 연관성을 규명하였다.

본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

1. 본 FILWHEL 연구에서 필리핀 이민 여성의 한식 섭취율은 평균 58.57%이었다. 대상자 474명중 98.52%가 한식을 섭취하였고 하루 중 평균 섭취 가짓수는 6.75회였으며, 공통식은 대상자의 94.09%가, 필리핀식은 대상자의 39.45%가 섭취하였다. 섭취한 한식의 음식의 가짓수는 총 323가지였고 공통식은 176가지, 필리핀식은 98가지였다. 대상자들이 섭취한 한식의 다빈도 순위를 나타냈을 때 쌀밥을 623회로 19.77%의 최고 빈도로 섭취하였고 다음이 배추김치, 잡곡밥 순이며 반찬은 달걀 프라이, 고등어구이, 멸치볶음 순이었다. 대상자들 중에는 필리핀 조미료, 녹색 채소 오코라, 코코넛 밀크 등 필리핀 음식재료를 사용하거나, 한식의 재료이지만 일반적이지 않은 조리법에 사용하는 경우도 있었다.

2. 연구 대상자들이 섭취한 음식을 29개의 음식군으로 분류하여 섭취한 한식 가짓수를 살펴봤을 때, 한식, 공통식, 필리핀식에서 모두 사용되는 조리법인 찜과 구이의 음식은 섭취하는 한식 가짓수가 많았다. 반면 빵 및 과자류, 유제품류 및 빙과류는 대부분 공통식이나 필리핀식이었고, 튀김류, 음료 및 차류, 당류, 장류 및 양념류는 상대적으로 섭취한 한식 가짓수가 적었다.

3. 연구 대상자들의 한식 섭취율에 따른 거주기간을 살펴본 결과 유의적인 연관성이 없었다. 또한 한식 섭취율은 교육수준(직업학교/대학 졸업 vs. 고등학교 졸업 이하), 연간 가구소득(연 2000 만원 이상 vs. 연 2000 만원 미만), 한국어 능력(높음 vs. 낮음)과 통계적으로 유의한 연관성이 없었지만 시부모와의 동거여부(동거 vs. 비동거)에서는 한식 섭취율이 가장 높은 집단(제 4사분위수)이 한식 섭취율이 가장 낮은 집단(제 1사분위수)보다 시부모와 동거할 오즈가 2.41배 높았다( $p$ -trend = 0.002).

한국에 거주중인 한국 남성과 결혼한 필리핀 이민여성의

한식 섭취의 구성은 한국인과 유사하지만 한식 섭취율의 평균은 선행연구에서의 한국인의 한식 섭취율 평균보다 작은 것으로 보아, 한국 총 거주기간이 평균 8년정도인 본 연구의 필리핀 이민 여성들이 한식 적응단계였을 것으로 보인다. 섭취하는 한식 가짓수가 필리핀식 가짓수보다 2배정도 많았으나, 양념류는 한식 및 공통식 양념 외에 필리핀 고유의 양념을 사용하는 것을 확인하였다. 이는 한국 남성과 결혼하여 한식을 다양하게 섭취하고 있으나 모국 음식의 맛을 내기 위해 고유의 양념을 사용하는 것으로 생각된다. 추후 이민여성들이 사용하는 양념류에 대한 연구가 필요할 것으로 사료된다. 또한 현재 한국 결혼이민여성의 식습관이 그들의 건강에 어떠한 영향을 미치는지에 대한 연구가 부족하므로, 전향적인 추적 연구가 필요하겠다. 나아가 한국의 중요한 구성원으로 자리매김하고 있는 결혼이민여성과 그들의 자녀들이 국민건강에 미치는 영향을 지속적으로 연구해야 하겠다.

## Funding

본 연구는 한미약품과 (주)중근당의 지원을 받았으며 본 기업체들은 연구 설계, 연구 수행, 분석, 데이터 해석, 원고 내용에 영향을 준 바가 없습니다.

## References

- Chae OH, Hong DA, Song BH. The study of the backgrounds of Filipino female immigrants' marriage with Koreans and pre-education programs about the Korean family culture in the Philippines for Filipino immigrants to Korea. *Korean J Hum Ecol* 2011; 20(2): 327-338.
- Commission on Filipino Overseas. Pre-departure orientation seminar [Internet]. Commission on Filipino Overseas; 2018 [cited 2018 May 20]. Available from: <https://www.cfo.gov.ph/>.
- Kang HJ. Immigrant women's desire for expressing and preserving the mother culture and their identity [master's thesis]. Sookmyung Women's University; 2007.
- Park YI, Jeong HS, Joo NM. A study on multi-cultural family wives adapting to Korean cuisine and dietary patterns. *Nutr Res Pract* 2010; 4(5): 405-413.
- Valsamakis G, Chrousos G, Mastorakos G. Stress, female reproduction and pregnancy. *Psychoneuroendocr* 2018; 100: 48-57.
- Cantor-Graae E, Selten JP. Schizophrenia and migration: a meta-analysis and review. *Am J Psychiatry* 2005; 162(1): 12-24.
- Black PH, Garbutt LD. Stress, inflammation and cardiovascular disease. *J Psychosom Res* 2002; 52(1): 1-23.
- Tabák AG, Akbaraly TN, Batty GD, Kivimäki M. Depression and type 2 diabetes: a causal association? *Lancet Diabetes Endocrinol* 2014; 2(3): 236-245..
- Asano KN, Yoon JH, Ryu SH. Chinese female marriage immigrants' dietary life after immigration to Korea: Comparison between Han-Chinese and Korean-Chinese. *Korean J Community Nutr* 2014; 19(4): 317-327.
- Han YH, Shin WS, Kim JN. Influential factor on Korean dietary life and eating behaviour of female marriage migrants. *Comp Korean Stud* 2011; 19(1): 115-159.
- Yang EJ. Dietary behaviors of female marriage immigrants residing in Gwangju, Korea. *J Nutr Health* 2016; 49(3): 179-188.
- Abris GP, Kim NH, Provido SMP, Hong SM, Yu SH, Lee CB et al. Dietary diversity and nutritional adequacy among married Filipino immigrant women: The Filipino Women's Diet and Health Study (FiLWHEL). *BMC public health* 2018; 18(1): 359.
- Lee MS, Chae SW, Cha YS, Cho MS, Oh HY, Kim MK. Development of a Korean Diet Score (KDS) and its application assessing adherence to Korean healthy diet based on the Korean Food Guide Wheels. *Nutr Res Pract* 2013; 7(1): 49-58.
- Lee KW, Cho MS. The development and validation of the Korean Dietary Pattern Score (KDPS). *Korean J Food Cult* 2010; 25(6): 652-660.
- Lee KW, Oh JE, Cho MS. The application of the Korean Dietary Pattern Score KNHANES (Korean National Health and Nutrition Examination Survey) 2007. *J Nutr Food Sci* 2012; 3(12): 1688-1696.
- Lee SE, Kang MJ, Park YH, Joung HJ, Yang YK, Paik HY. Perception of common Korean dishes and foods among professionals in related fields. *Korean J Nutr* 2012; 45(6): 562-576.
- Kang MJ, Park YH, Baik HW, Oh SW, Park SJ, Paik HY et al. A study on the perception as HANSIK (Korean Food) for the common dishes in Korean adults residing in Seoul and metropolitan area. *Korean J Community Nutr* 2012; 17(5): 555-578.
- Kang MJ, Jung HJ, Joung HJ, Shim JE, Lee SE, Paik HY et al. Development of Han-sik database utilizing an expert focus group and assessment of Han-sik effects on diet quality. *Korean J Food Cult* 2014; 29(1): 9-17.
- Yang SJ, Kim JA, Kim SN, Choi HY, Park CS, Dahn HJ. Health concept, health status and health service utilization of marital immigrant women in urban and rural areas in Korea. Seoul: Ewha Womans University, Management Center for Health Promotion; 2009.
- Lee SE. Association between stress, and nutritional and health status of female immigrants to Korea in multi-cultural families [master's thesis]. Ewha Womans University; 2009.
- Kim SH, Kim WY, Lyu JE, Chung HW, Hwang JY. 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* 2009; 14(1): 22-30.
- Kim JM, Lee HS, Kim MH. Food adaptation and nutrient intake of female immigrants into Korea through marriage. *Korean J Nutr* 2012; 45(2): 159-169.
- Abris GP, Hong S, Provido SM, Lee JE, Lee CB. Filipino women's diet and health study (FiLWHEL): design and methods. *Nutr Res Pract* 2017; 11(1): 70-75.
- Kim, Nayeon (Sookmyung Women's University, Seoul, Korea).

- Conversation with: Sherlyn Mae P. Provido (Sookmyung Women's University). 2018 May 10.
25. Chun HJ. Dictionary of current Korean food and dishes. Seoul: Jigu Publishing Co.; 2002.
  26. Jeong HS, Yoon JY. Female marriage immigrants' information awareness, perception and familiarity on Korean food culture by personal characteristics and food neophobia degree. *Korean J Food Cook Sci* 2016; 32(2): 233-243.
  27. Moon HK, Chung HR, Cho EY. Analysis of menu patterns from the Korean National Nutrition Survey in 1990. *Korean J Food Cult* 1994; 9(3): 241-250.
  28. Choi JH, Moon HK. Dietary pattern by sex and age with menu analysis using 1998, 2001 National Health and Nutrition Survey of Korea. *Korean J Community Nutr* 2007; 12(6): 798-814.
  29. Kim JM, Lee NH. Analysis of the dietary life of immigrant women from multicultural families in the Daegu area. *J Korean Diet Assoc* 2009; 15(4): 405-418.
  30. Lee JM, Oh SY. Traditional and modern food use in Korean adults in Seoul. *Korean J Diet Cult* 1996; 11(2): 147-154.
  31. Lee JS. The factors for Korean dietary life adaptation of female immigrants in multi-cultural families in Busan. *Korean J Food Cult* 2012; 41(6): 807-815.
  32. Park YS, Chung YS. Korean traditional food perception and cultural aspect of Korean Mongolian housewives. *Korean J Food Cult* 2005; 20(1): 35-43.
  33. Korean Women's Development Institute. Analysis of data from a study on the national survey of multicultural families 2015. Seoul: Ministry of Gender Equality and Family; 2016.