

# “1인가구, 3명중 1명 아침 안 먹는다”

### 2인 이상 가구보다 식생활 불규칙·영양섭취 부실

### 수산물·과일·채소 섭취 적고 탄수화물 섭취 많아

#### 농촌경제연, 1000명 조사

1인 가구는 2인 이상 가구와 비교해 상대적으로 식생활이 불규칙하고 영양 섭취가 부실하다는 조사 결과가 나왔다.

9일 한국농촌경제연구원 ‘1인 가구 증가에 따른 식품시장 영향과 정책과제’ 보고서에 따르면 지난해 1인 가구(500가구) 또는 2인 이상 가구(500가구)에 속한 전국 만 19~74세 소비자 1천명을 조사한 결과가 이같이 나타났다.

일주일간 아침식사 현황을 묻는 문항에 1인 가구는 아침 식사를 하지 않는다고 답한 비율이 33.5%로 2인 이상 가구(18.1%)보다 2배 정도 많았다.

특히 30대 이하 1인 가구는 아침을 거른다는 응답이 44.2%로 절반에 가까웠다.

식사 시간이 규칙적이라는 응답 비율도 2인 이상 가구(71.4%)보다 1인 가구(56%)에서 낮았다.

연구원이 보건복지부의 2013년 국민건강

영양조사 원자료를 분석한 결과를 보면 곡류와 주류는 1인 가구 섭취량이 2인 이상 가구의 99.9%, 100.2%로 2인 이상 가구와 비슷했다.

하지만 2인 이상 가구와 비교해 1인 가구의 수산물 섭취량은 61.7%에 그쳤고, 과일(74%)·축산물(78.2%)·채소(89.4%) 등도 섭취량이 10~25%가량 적었다.

1인 가구의 권장섭취기준 대비 영양소 섭취 비율도 전반적으로 낮은 편이다. 칼슘(60.2%), 칼륨(77.4%), 비타민C(79.4%), 리보플라빈(85.3%), 비타민A(86.8%), 나이아신(93%) 등의 섭취량이 권장 섭취량에 못 미쳤다.

반면 2인 이상 가구에서는 칼슘(73.4%)과 칼륨(90%)을 제외한 대부분 영양소를 권장량을 초과해 섭취한다.

또 1인 가구는 탄수화물에 의한 에너지 섭취 비중이 70.1%로 2인 이상 가구(65.4%)보다 높았다. 반면 단백질(13.7%)과 지방(16.3%)은 2인 이상 가구(단백질 14.

8%·19.7%)와 비교해 낮았다.

영양섭취가 부족한 사람의 비율은 1인 가구가 11.7%, 2인 이상 가구가 6%였다. 1인 가구 중 20~30대(13.3%)나 60대 이상(12%)에서 영양섭취가 부족한 경우가 많았다.

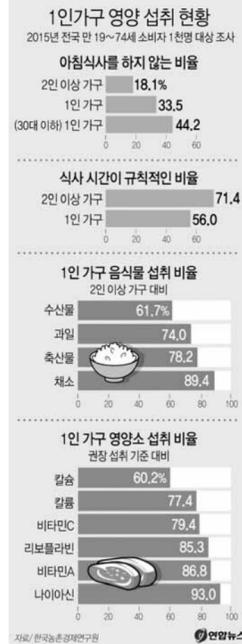
1인 가구의 월평균 식품비는 2014년 기준 28만7천원으로 2인 이상 가구 1인당 식품비(38만7천원)의 74.4% 수준이다.

다만 전체 소비지출액에서 식품비 비중을 나타내는 엔겔 계수는 1인 가구가 29.2%로 2인 이상 가구(27.1%)보다 조금 높았다.

식생활이 불건강한 1인 가구를 대상으로 지역·직장 단위 식생활 교육, 편의점을 통한 식생활 정보 제공 등 다양한 식품 지원 프로그램을 활성화할 필요가 있다고 연구원은 제안했다.

연구원은 식생활 지원이 가장 시급한 1인 가구가 70대 이상 홀로 사는 노인 가구라고 밝혔다.

통계청에 따르면 국내 전체 가구에서 1인 가구가 차지하는 비중은 1985년 6.9%에서 2015년 27.1%로 3.9배 늘었으며 2035년에는 34.3%까지 올라갈 전망이다. /오광록기자 kroh@kwangju.co.kr



## 김병원 농협중앙회장 14일 취임

나주 남평농협 조합장 3선을 지낸 김병원(63)씨가 14일 제 23대 농협중앙회장으로 취임한다.

세 번째 도전 끝에 농협중앙회장에 오른 김 신임 회장은 1978년 농협에 입사해 남평농협에서 말단 직원에서부터 전무를 거쳐 1999년부터 13년간 조합장을 3차례 지낸 입지전적인 인물이다.

나주 남평농협은 2006년 다도농협을 흡수 합병했다. 현재 임직원은 100명, 고 있다.



농가수는 2683가구에 조합원수 2894명의 농촌형 농협이다.

또 농촌 마을의 작은 농협에서 ‘왕건이 탐낸 쌀’ 등을 브랜드화하는 등 ‘전라도 쌀’에 대한 남다른 애정을 가지고 있다. /오광록기자 kroh@



9일 직원들이 직접 특별승진자를 뽑은 전남농협 강동준 조합장(앞줄 왼쪽에서 다섯 번째)과 승진자로 선정된 이찬영 대리(앞줄 왼쪽에서 네 번째) 등 직원들이 기념사진을 찍고 있다. /순천=김은종기자 ejkim@kwangju.co.kr

### “직원들이 뽑아준 자리니까 낙농인 위해 일할 것”

#### 전 직원 투표로 특별 승진

#### 전남낙농농협 이찬영 대리

“직원들이 뽑아준 자리니까 낙농인 위해 더욱 열심히 일해야죠.”

전남낙농농협(조합장 강동준)이 최근 직원 투표를 통해 승진자를 정했다. 흔히 조합장의 가장 큰 무기(?) 중 하나인 인사권을 내려놓고 직원들의 선택에 따라 승진자를 전한 것이다.

이 농협은 지난해 상호금융평가 최우수상을 수상하며 전국 농협 최초로 그랜드슬램을 달성했다.

또 전국농협 종합적평가 1위 3회 달성(2004년, 2005년, 2013년) ▲총화상 수상(2004년) ▲축산육성대상 수상(2005년)을 받았다. 이들 상을 통해 전남낙농농협은 시상금과 4급 특별승진이 주어졌다.

이에 강동준 조합장은 인사권을 내려놓고 전 직원을 대상으로 투표에 의한 4급 특별승진승진자를 결정하기로 했다. 전남낙농농협은 지난달 26일 전 직원 70여 명이 참석해 4급 임용대상자 3명에 대한 투표를 해 이찬영(53)대리를 특별승진 시켰다.

강동준 조합장은 “조합의 인사권은 조합장의 고유권한이지만 직원들과 조합원들의 오해와 편견을 불식시키기 위해 승진자를 직원들의 투표로 결정했다”며 “앞으로도 직원들의 능력 향상에 최선을 다해 주길 바란다”고 당부했다.

이찬영 대리는 “생각도 못했는데 직원들이 뽑아줘서 더 없이 기쁘고, 책임감도 느낀다”면서 “직원들의 소중한 뜻을 잊지 않고 더욱 노력하겠다”고 밝혔다.

/순천=김은종기자 ejkim@

## 2016년 (사)농가주부모임 전남연합회 정기총회



농협 전남지역본부(본부장 강남경)와 (사)농가주부모임전남연합회(회장 정혜숙)는 지난 8일 지역본부에서 '2016년 농가주부모임 전남연합회 정기총회'를 했다.

### 삼서농협 주부모임·무안군 연합회 우수조직

#### 농가주부모임 전남연 정기총회

농협 전남지역본부(본부장 강남경)와 (사)농가주부모임전남연합회(회장 정혜숙)는 지난 8일 지역본부 2층 대강당에서 '2016년 농가주부모임 전남연합회 정기총회'를 했다.

이날 정기총회는 2015년 주요사업 보고 및 결산승인과 2016년 사업계획(안)을 의결했고, 지난해 지역의 사회공헌활동 우수조직인 삼서농협 농가주부모임 및 무안군

연합회가 우수조직으로 선정하여 시상했다.

강남경 본부장은 “농가주부모임이 힘겨운 농촌에 활력소가 되고 지역사회와 농촌 발전을 선도하는 여성조직으로 거듭나길 바란다”면서 “전남농협도 농가주부모임과 함께 지역사회 봉사 활동과 농촌지역 복지 향상을 위한 각종사업에 적극 참여하겠다”고 말했다.

/오광록기자 kroh@kwangju.co.kr



농협 전남지역본부와 남평농협(조합장 최공섭)은 한국소비자원(원장 한건표)과 지난 8일 남평농협 회의실에서 ‘농협이동상담실’을 운영했다. <농협 전남지역본부 제공>

### 농업인 법률 문제 등 해결방안 상담 서비스

#### 전남농협 이동상담실 운영

농협 전남지역본부(본부장 강남경)와 남평농협(조합장 최공섭)은 한국소비자원(원장 한건표)과 함께 지난 8일 남평농협 회의실에서 ‘농협이동상담실’을 운영했다.

‘농협 이동상담실’은 농업인이 영농 및 일상생활에서 겪을 수 있는 법률, 소비자 문제에 대한 각종 고민을 분야별 전문가가 법률서비스 사각지대인 농촌현장으로 이동하여 강의와 상담을 통해 해결방안을

제시해주는 사업이다. 농협은 1998년부터 ‘농협이동상담실’을 운영해 왔고, 그동안 전국의 시군지역을 순회하여 13만여명의 농업인 교육 및 1만명 이상의 개별상담을 했다. 올해는 운영횟수를 대폭 늘려 전국적으로 160회 이상을 목표로 하고 있다.

이번 ‘농협이동상담실’에서는 소비자 문제 전문가인 한국소비자원 광주지원 이면상 지원장의 강연이 있었으며, 피해구조 접수를 원하는 주민과의 개별상담도 했다. /오광록기자 kroh@kwangju.co.kr

**체육관련시설 2층 상가매매**

(에어로빅, 헬스, 당구장, 체육관, 기타) 넓은주차장 용봉, 문흥지구 중심상가

- 전용 289㎡ (락볼링장 옆 점포2칸)
- 매 7억5천만원(근저당 5억원) 실투자 2억5천만원

**락볼링장 매매**

전남대 부근 최신시설 락볼링장 현 성업중 직영하실분 환영

- 볼링장 16레인, 시설비품 일체포함
- 매 26억5천만원 (근저당 20억) 실투자 6억5천만원

문의 010-3647-4747 (급매 조정가)

**복성중 28회 친구 찾기**

- 상균이, 호승이, 재준이와 28회 졸업생 690명을 찾습니다.
- 복성28회를 아시면 신고해주세요 (매월 28일 정례모임중)

김행권(복성 28회 살림꾼) 010-3379-2209

www.솔향기맑은터.com

www.naver.com 솔향기맑은터 검색

전남 나주시 남평읍 풍림리 171(풍림죽림길 86)

대표전화 (061)336-0770

솔향기정식 & 돼지갈비 전문점 예약

www.솔향기맑은터.com

061)336-3939

**참숯가마**

24시간 OPEN!!

**맛의향연**

- 단체모임을 위한 8인실, 16인실, 32인실, 56인실 구비
- 행복한 모임을 위한 돼지갈비전문점으로 바뀔니다. 돼지갈비, 매콤갈비찜정식, 딱갈비정식, 솔향기정식
- ▶ 돼지갈비를 드시면 참숯가마 찜질방 50% 할인
- ▶ 주말 및 연말연시 모임은 사전예약으로 차질없게

다량의 원적외선을 방출하는 불베는날 화, 목, 토, 일 불베는 날이 아니어도 화로방에서 원적외선 샤워 사전예약시 컨퍼런스룸, 족구장, 12인승, 25인승 무료이용 열균작용으로 세 및 바이러스 퇴치에 도움을 주는 목초액 염가공급 1톤 30만원 (양돈, 양계, 한우, 하우스농가대상)

사전예약시 ▶ 12인승, 25인승 차량 무료운행 / 컨퍼런스룸, 족구장 무료이용 가능