■ 홍콩, 나트륨과의 전쟁 ■

■ 배경

홍콩 보건국에서 발표한 「인구 건강 보고서 2014/2015」에서는 15~84세의 홍콩인들의 일일 평균 소금 섭취량은 8.8g(나트륨 약 3,520mg)인 것으로 나타났다. WHO가 제정한 일일 소금 섭취 권장량은 "5g 미만의 소금(2,000mg 나트륨)"이며, 15~84세의 홍콩 인구 대다수(86.3%)가 이를 초과하는 소금을 섭취하는 것으로 나타났다.

WHO는 2025년까지 현재의 소금/나트륨 섭취량의 30% 상대적 감소를 세계적인 목표로 설정하였으며, 홍콩 정부는 이를 정부가 시행한 만성 비감염성 질환(Non-communicable Diseases) 전략 및 행동 계획에 반영하였다.

■ 나트륨 줄이기 운동 - 학교 급식

① 「학교 급식의 소금 줄이기 제도」 실시

어린 나이부터 건강한 식습관을 구축하는 것은 건강한 성장과 만성 질환 예방 측면에서 중요하다. 2013년에 시행된 홍콩 초등학교 급식의 영양 테스트 결과 조사된 90% 이상의 점심 급식에서 권장 섭취량을 초과하는 나트륨을 함량하고 있는 것으로 나타났다.

2015년에는 "EatSmart@School.hk" 캠페인을 통해 초등학교 교장 협회, 학교 급식 공급 업체 및 기타 관련 대표자들과 함께 "건강한 학교 급식 홍보 실무그룹(Working Group on Promoting Healthy School Lunch, 이하 실무 그룹)'을 설립하고 학교 급식에서 나트륨 함유량 감소를 우선순위로 삼았다.

실무 그룹의 추천에 따라 6개의 학교 급식 공급업체는 2016년 9월부터 12월까지 학교 급식 도시락의 나트륨 감소에 관한 시범 프로젝트를 진행하였으며, 조미료 사용 줄이기 또는 조리법 변경 등을 통해 나트륨 함유량을 3%에서 최대 35%까지 줄였다.

시범 프로젝트의 성공적인 결과를 바탕으로 2017/2018년도부터 「학교 급식의 소금 줄이기 제도("Salt Reduction Scheme for School Lunches")」 시행했다.

2017년 9월부터 홍콩의 약 440개 초등학교에 나트륨 함량이 감소한 급식을 공급하는 13개의 급식 공급 업체가 참여하였으며 2017/2018년도의 평균 나트륨 감소율은 9%인 것으로 나타났다.

② 「학교 급식의 소금 줄이기 제도」 참여 급식 공급업체 명단 공개 및 참여 권장

홍콩 당국은 나트륨 함유량과 나트륨 감소량을 평가하기 위해 학교 급식의 조리법을 지속해서 검토할 것이라고 밝혔다. 또한 「학교 급식의 소금 줄이기 제도」에 참여하는 급식 공급 업체의 데이터베이스를 정기적으로 업데이트하며 공유하고 있다.

「학교 급식의 소금 줄이기 제도」에 참여를 희망하는 업체는 신청서를 작성하여 참여하도록 권장된다.

<「학교 급식의 소금 줄이기 제도」 업체 참여 현황 및 신청서>

· 「학교 급식의 소금 줄이기 제도」 참여 업체 현황 (2019년11월 기준)
school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/salt_reduction_scheme_for_school_lunches_lunch_suppliers_nov19_en.pdf

· 「학교 급식의 소금 줄이기 제도」 참여 업체 신청서
school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/salt_reduction_scheme_for_school_lunches_application_form.pdf

■ **자발적 나트륨 줄이기 운동- 포장된 빵류**

2017년 9월부터 본격적으로 시행한 「학교 급식의 소금 줄이기 제도」에 이어 2019년 9월 부터는 포장된 빵 제품에서 「자발적 나트륨 줄이기 운동」을 시행하고 있다.

① 「자발적 나트륨 줄이기 목표」 설정

홍콩식품안전센터(CFS)는 「자발적 나트륨 줄이기 목표」를 설정하여 식품업계 회원들의 제품 리뉴얼을 통해 식품의 나트륨 함량을 감소 시켜 홍콩 사람들의 나트륨 섭취를 WHO 권장 수준(1일 5g 미만의 소금, 2,000mg의 나트륨에 해당)으로 줄이도록 촉구한다. WHO의 권고와 해외 경험을 참조하여 식품 안전센터는 식품안전센터 연구 결과를 기준으로 식품에 대한 자발적 나트륨 감소 목표(평균 함량 및 최대 함량)를 설정하여 회원들의 제품 개혁 작업을 용이하게 한다. 식품 업계 관계자들과 논의 후, 식품 안전센터는 먼저 사전 포장된 식빵과 통밀 빵(영양 정보 표시가 있는) 제품에 대한 자발적인 나트륨 줄이기 목표를 아래의 표와 같이 설정했다.

<포장 된 식빵 및 통밀 빵 (영양 정보 표시가 있는)의 자발적 나트륨 줄이기 목표 (2019년 9월)>

포장 된 빵 종류 (영양 정보 표시가 있는)	자발적인 나트륨 목표	
	평균 나트륨 함량 (1년 목표)	최대 나트륨 함량 (1년 목표)
식빵	380mg/100g	490mg/100g
통밀 빵	380mg/100g	470mg/100g

출처: Centre for Food Safety, 「Reduction of Dietary Sodium and Sugar」, 2019.09.27.

② 「소금 줄이기 제도」 자발적 참여 업체 명단 공개

<홍콩 정부에서 공개한 「소금 줄이기 제도」 자발적 참여 업체 명단>

Participated Organisation (According to alphabetical order)

1. A-1 Bakery Co.,(HK) Ltd.
2. King Bakery Holdings Limited
3. Maria's Bakery
4. PARKnSHOP(HK) Limited
5. Saint Honore Cake Shop Ltd.
6. Tai Pan Bread & Cakes Co. Ltd.
7. The Garden Company Limited

홍콩식품안전센터에 따르면 성인이 소비하는 나트륨의 약 6%가 빵에서 나오며, 식빵과 통밀 빵은 홍콩 사람들이 가장 많이 소비하는 유형의 빵이다.

홍콩 정부가 10개 이상 빵 공급 업체와 대화를 나눈 결과, 7개의 업체만이 자발적으로 「소금 줄이기 제도」에 가입하겠다고 참여 의사를 표시하였으며, 홍콩의 최대 빵 제조 업체인 Maxim's를 포함한 몇몇 업체는 가입하지 않았다고 언급하였다. 홍콩 정부는 「소금 줄이기 제도」에 가입한 업체의 명단을 공개하고 해당 제도에 업체가 참여하는 방법을 자세히 소개하며 자발적인 참여를 장려하고 있다.

③ 소금 줄이기 제도(Salt Reduction Scheme)의 식품 업체 참여 적극 권장

홍콩 식품안전센터는 식품 관계자들에게 「소금 줄이기 제도」에 참여하도록 적극적으로 장려한다. 「소금 줄이기 제도」의 주요 내용은 아래와 같다.

(i) 제품 개선을 통한 식품의 소금 함량 감소

(ii) 「자발적 나트륨 줄이기 목표」에 따라 식품의 나트륨 함량을 줄이기

(iii) 홍콩 국민의 소금 섭취량을 세계 보건기구 (WHO)가 권장하는 수준으로 줄이기

제도에 참여하려면 신청서를 다운로드 후 작성하여 팩스/이메일/우편으로 제출하면 된다.

<「소금 줄이기 제도」 업체 참여 방법>

· **(신청서 양식)**
www.cfs.gov.hk/english/programme/programme_rdss/files/Application_Salt_Reduction_Scheme_20190923.pdf

· **(이메일)** rc@fehd.gov.hk · **(팩스)** 2803 0534

· **(우편)** 1/F, 4 Hospital Road, Sai Ying Pun, Hong Kong

■ 시사점

① 저 나트륨 · 저당 경향에 따른 적절한 선제적 대응 필요

세계적으로 건강한 식습관에 대한 인식이 높아지고 있으며 홍콩 정부 역시 홍콩 시민들에게 건강한 식습관을 권장하며 특히 소금·설탕 섭취량 줄이기에 적극적인 노력을 기울이고 있다. 저당, 저 나트륨의 제품 개발 및 이를 강조한 마케팅으로 안전하고 건강한 식품을 찾는 소비자의 수요를 만족 시킬 수 있을 것이다.

홍콩에 포장된 빵 제품의 수출을 고려하는 업체는 해당 제도 가입을 통해 건강한 제품이란 인식을 소비자에게 심어 주는 것도 좋은 전략이 될 수 있다.

② 소금, 설탕 대신 음식을 풍미를 높일 천연 조미료, 제과 제빵 시장 모색

나트륨·설탕 섭취량 줄이기는 세계적인 관심사이다. 다양한 풍미를 가진 파프리카·표고버섯·양파·청양고추·생강·다시마 등 한국 농산물을 활용한 가루 제품은 소금의 짠맛, 설탕의 단맛의 빈자리를 채워줄 감칠맛을 가진 천연 조미료로 충분한 시장 가능성이 있다. 소금 및 설탕 줄이기의 세계적인 추세 속에 대체재로 자리 잡을 수 있도록 제과 및 제빵 시장을 공략해보는 것도 고려해볼 수 있다.

■ 참고자료

1. Centre for Food Safety, 「Reduction of Dietary Sodium and Sugar」, 2019.09.27.
www.cfs.gov.hk/english/programme/programme_rdss/Sodium_Voluntary_Sodium_Reduction_Target.html
2. South China Morning Post, 「Seven Hong Kong bakeries join salt reduction push」, 2019.09.28.
www.scmp.com/news/hong-kong/health-environment/article/3030731/seven-hong-kong-bakeries-join-salt-reduction-push
3. Department of Health, 「'EatSmart@school.hk' Campaign」, 2017.09.14.
school.eatsmart.gov.hk/en/template/index.asp?pid=2009&id=3566