

중학생과 학부모의 식품영양표시에 대한 인식도와 이용 실태

김동순*, 이정원, 김경은. 천안봉서중학교*, 충남대학교 소비자생활정보학과

Recognition and utilization of food and nutrition labelling in middle school students and their parents

Dong-Soon Kim, Joung-Won Lee, Kyeong-Eun Kim Park. Department of Consumers' Life Information, Chungnam National University, Daejeon, Korea

최근 아동과 청소년들은 식품구매에서 자주적인 소비의 주체자로 부각되었다. 이들의 주요 구매 식품은 간식을 위한 가공식품으로서, 식품영양표시제에 대한 바른 인식과 활용은 영양 개선 및 질병 예방 차원에서 중요한 부분이 된다. 따라서 이에 관한 교육프로그램 계획의 기초자료로서 중학생과 학부모의 가공식품 및 식품영양표시에 대한 인지도와 이용실태를 조사하였다. 조사대상으로 천안시의 1,2,3학년 남녀 중학생 277명과 그들 부모를 임의 선정하였고 자기기록을 통해 설문지 조사를 실시하여 통계분석하였다. 조사대상 중학생이 사먹는 가공식품으로 수집된 총 222가지의 식품영양표시는 식품표시기준에 있는 대부분 항목은 표기되었으나, 가격, 원료원산지의 표시율이 저조했고 특히 영양성분표시는 14.9%에 불과했다. 중학생이 직접 또는 가족이 구매한 식품을 간식으로 먹는 횟수는 일주일에 1-3회(30.7%) 또는 1일 1회(27.8%)이었으며, 가공식품의 구매 기준은 맛이 1순위, 다음이 가격과 내용량, 영양은 4순위이었다. 가공식품에 대한 바른 인식도 점수(100점 만점)는 중학생 55점, 부모는 69점이었고, 부모의 인식도 점수가 높을수록 중학생 점수도 높았다($r=.249, p<.001$). 조사대상 중학생의 식품표시 확인율은 51.3%, 부모는 89.9%로서 차이가 컸다. 식품표시의 확인 목적은 중학생의 경우 유통기한을 알기 위한 비율이 93.7%로 가장 높았고, 다음이 가격(70.4%), 먹는 방법(46.5%)이었다. 반면 부모는 확인목적이 유통기한(95.6%)과 첨가물 확인(59.0%)이 높으나 제조회사, 먹는방법, 영양소, 타제품과 비교 등도 41.4-45.8%로 모두 높았다. 마찬가지로 식품표시에서 중요시 하는 항목 1,2,3순위가 중학생은 유통기한, 가격, 내용량이나, 부모는 유통기한, 제조회사명, 성분(식품첨가물)/원산지 표시로 나타났다. 중학생들이 구매하는 가공식품중 가장 자주 식품표시를 확인하는 식품은 중학생의 경우 우유/유가공품, 빵류, 과자류의 순이었고, 부모는 우유/유가공품, 빵류, 냉동식품/주스류이었다. 영양표시 확인 경험은 중학생 79.4%, 부모 89.2%로서 이용 목적은 함유된 영양소의 파악(각각 76.8%, 72.1%)과 건강관리를 위해서(각각 35.9%, 47.8%)이었다. 식품 또는 영양표시를 확인하지 않는 이유로서 유의할 것은 '식품 또는 영양표시가 너무 작거나 조잡하기 때문에' 또는 '영양표시가 이해하기 어려워서'(중학생의 21.1%, 부모의 30.3%)이다. 영양표시중 중요시하는 영양소의 1,2,3순위가 중학생은 무기질, 단백질, 탄수화물이었다고 부모는 단백질, 무기질, 총열량이었다. 콜레스테롤, 식이섬유, 나트륨은 중학생과 부모 모두에서 최저 순위를 보였다. 결론적으로 식품표시의 확인율은 부모에 비해 중학생에서 매우 낮았고, 확인 목적도 2,3위가 중학생은 가격과 양, 부모는 제조회사와 성분/첨가물로 달랐다. 영양표시의 확인율이나 목적, 중요시 하는 항목이 중학생과 부모에서 같았다. 따라서 가공식품에 대한 정확한 인지, 식품영양표시제의 바른 이해 및 활용방법에 대한 교육이 학생 또는 부모 영양교육프로그램의 하나로써 적극 필요하며 아울러 특히 청소년이 자주 사먹는 가공식품에 대한 명료한 영양표시 의무화에 대한 정부의 정책적 지원이 요구된다.