

# 대학식당의 食單의 特性과 運營實態調查\*(I)

- 식사습관 및 이용실태 -

丁英鎮・李貞遠\*・金美利

忠南大學校 理科大學 食品營養學科・家政教育科\*

## Menu Pattern and Management of Student's Cafeteria(I)

- Use and Eating Habits -

Young-Jin Chung, Joung-Won Lee,\* and Mee-Ree Kim

Dept. of Food and Nutrition, \*Dept. of Home Economics Education, College of Natural Sciences

Choong-nam National University

### = ABSTRACT =

In order to obtain the information on the meal behaviors and the status of using university cafeteria, the survey was conducted through the questionnaires to 2,425 students (Male: 48.8%, Female: 51.2%) of 9 universities throughout Korea.

While most of the male students were having breakfast regularly (M: 70.7%, F: 52.7%), the female students enjoyed snacks for lunch (M: 21.8%, F: 55.0%) or between meals (M: 42.0%, F: 81.0%).

Most of the subjects thought that skipping breakfast had bad influence on health. The male students had their lunch at the cafeteria more frequently than the female students. And the students in the universities without off campus dining facilities used cafeteria often. The students in the university-managed cafeteria also used the facilities more often than the rental situation.

Other lunch habits in the case of not eating at the cafeteria were 'bring lunch' and 'eat off-campus'.

\*본 논문은 1981년도 문교부 학술연구조성비로 이루어진것임.  
접수일자: 1982. 4. 30.

The main reasons for not eating at the cafeteria were 'too crowded'(28.3%) and 'waiting in long line'(28.0%). Only 4.9% of the students were satisfied with the menu, but the nearly half(42.3%) showed unsatisfaction largely because of the limited choice of menu. Students pointed out the taste and the nutritional quality of the menu should be improved firstly. Another strong complaint was waiting in line.

## 서 론

하루생활의 삼분의 일을 학교에서 보내는 학생들의 신체적인 건강은 학교에서 돌보아 주어야 하는 것이 바람직하다고 생각되며, 이런 측면에서 학교급식은 매우 중요한 학교 교육의 일환으로서 다루어 져야만 할 것이다<sup>1)</sup>. 그러나 아직까지 우리나라에서는 국민학생들만을 대상으로, 그것도 완전급식의 형태로 보다는 대부분 불완전급식의 형태로 일부 학교에서만 급식이 실시되고 있는 실정으로써, 학교급식의 목적이 효과적인 학교생활을 도모하고 더 나아가 국가 발전의 원동력이 되게 하는데 있다<sup>2)</sup>. 장차 국민학교는 물론 중·고등학교, 대학교까지 학교급식이 확대 실시되어져야 하리라고 본다.

요즈음의 외국 대학생들은 과중한 학업 및 과외활동으로 인해 자신이 섭취하는 식품에 신경을 쓸 시간이 없으며<sup>3)</sup>, 특히 여대생들은 식사를 거르고 스낵식품을 좋아하는 등, 좋지 못한 식습관 때문에 영양적으로 부적당한 식사를 하고 있다는 보고들이 많다<sup>4) - 6)</sup>.

식습관이 그사람의 생활형태(life style)의 總和이며, 기타의 행동양식(behavioral pattern) 과도 관련된다고 볼때<sup>14)</sup>, 대학생은 고등학생과는 달리 갑자기 자유로와진 생활형태로 인해 불규칙한 식습관 등 바람직하지 않은 변화가 올 수 있으며, 또한 식습관이나 생활형태의 변화가 영양소섭취에 영향을 미친다는 보고<sup>15) 16)</sup>로 미루어, 한창 활동범위가 넓은 대학생들의 영양상태에 나쁜 영향을 줄수도 있으리라 보여진다. 더우기 대학생의 연령층이 성장기에서 청년기에 걸쳐있는 점을 생각할때, 대학생의 영양문제는 소홀히 다루어질수 없으며, 학교에서 대부분의 활동시간을 보내는 요즈음의 많은 대학생들에게 있어 학교내에서의 식사형태가 건강에 미치는 영향은 매우 크리라고 본다.

우리나라에서도 대학생의 기호<sup>7)</sup> 및 식습관<sup>8)</sup> 등에 관한 보고와, 대학생의 영양상태에 관한 조사<sup>9) - 11)</sup> 및 기숙사의 식사에 관한 조사<sup>12) 13)</sup>는 일부 있으나, 대학식당

의 이용측면에서 대학생의 식사행동 및 제반요인과의 관계를 조사 보고한것은 찾아 볼수 없다.

이 연구는 대학생의 점심식사와 관련이 있을것으로 여겨지는 식사습관 및 학교식당의 이용실태를 몇가지 요인 - 性, 식당운영형태(자영 또는 임대), 학교 주변환경 - 별로 조사하여 상호간의 관련성을 살펴 보았다.

## 연구대상 및 방법

### 1. 연구대상 및 시기

조사대상자는 전국에 있는 종합대학교중에서 학교식당을 자체내에서 운영하는 학교 5개교(충남대, 서울대, 고려대, 전남대, 이화여대)와 임대 운영에 의한 학교 4개교(숙명여대, 성심여대, 강원대, 충북대), 도합 9개교에 재학중인 남녀 대학생 2,510 명을 임의 추출하여 설문지 조사를 행하였다. 조사시기는 2학기중에서 교내행사가 비교적 없고, 정상적인 강의가 이루어지는 11월을 택해, 1981년 11월 중순부터 배포하여 12월 초까지 회수하였다.

### 2. 연구내용 및 자료처리방법

대학생의 학교식당 이용에 관한 자료를 얻기 위하여 29 문항으로 구성된 설문지의 내용은 다음과 같다.

- 1) 조사대상자의 일반특성 : 주거상태, 식사준비자, 영양지식.
  - 2) 식사습관 : 아침과 점심식사의 섭취상황, 간식 및 인스턴트 식품의 섭취빈도, 식품배합의 고려여부, 세끼식사의 규칙성, 아침식사를 거르는 이유 및 아침을 거르는 것이 건강에 미치는 영향에 대한 견해, 자신의 건강평가.
  - 3) 식당이용실태 : 이용하는 정도, 이용하는 이유, 이용하지 않는 이유.
  - 4) 식당의 식단 및 음식에 대한 만족도.
  - 5) 식당의 개선점.
- 회수된 응답지중 불완전한 응답을 제외한 2,425 명의

응답만을 통계처리하였다. 자료처리방법은 백분율 및  $X^2$  검증을 통해 그룹간의 차이를 보았으며, 몇몇 변인간의 관계는 Pearson- $\gamma$  상관계수 및  $t$ -검정을 통해 살펴보았다. 모든 통계처리는 충남대 전자계산소의 Computer (HP 3000-II): SPSS 에 의하였다.

## 결과 및 고찰

### 1. 조사대상의 일반적 특성

총 2,425 명의 조사대상자의 남녀구성은 남자 1,184 명 여자 1,241 명이었으며, 대학별 구성은 충남대 561 명 (남: 405, 여: 156), 서울대 453 명 (남: 319, 여: 134), 충북대 256 명 (남: 157, 여: 99), 고려대 246 명 (남: 192, 여: 54), 전남대 214 명 (남: 80, 여: 134), 강원대 185 명 (남: 31, 여: 154), 성심여대 194 명, 숙명여대 174 명, 이화여대 142 명이었다.

조사대상자의 평균 연령은 20.7 세이었으며, 학생의 97%가 17 ~ 25 세 범위에 속하였다. Table 1 에서와 같이 대부분의 학생들 (남: 72.2%, 여: 98.4%) 이 학교에서 또는 학교 이외의 다른 경로를 통해서 영양지식을 습득하고 있었다. 조사대상자의 주거 상태는 남자의 55.4%, 여자의 74.4%가 부모와 함께 거주하고 있었고, 하숙하는 경우는 남자가 여자보다 많았다 (남: 13.6%, 여: 1.5%). 식사준비자는 남녀 모두 주로 어머니였으며 (남: 50.2%, 여: 62.2%), 형제가 준비하는 경우는 남자가 여자보다 많았다.

### 2. 식사습관

조사대상의 식사습관을 조사한 결과는 Table 2와 같다. 전체 조사대상자중에서 아침식사를 전혀 거르지 않는 경우는 61.4%, 항상 거르는 경우는 2.4%이었다. 점심식사를 정상적으로 하는 경우는 58.3%, 간단한 스낵류로 대신하는 경우는 38.9%, 식사를 거르는 경우는 2.8%이었다. 아침식사를 거르는 학생들은 거르지 않는 학생들에 비하여 필수영양소의 섭취가 부족하다는 Brown<sup>4)</sup>의 보고와 대상자중 아침식사를 항상 또는 자주 거르는 학생들이 전체적으로 12.7%나 되는 사실을 관련시켜 볼때 이들의 영양상태의 수준이 우려된다고 보겠다. 간식을 하는 경우는 62.0%, 라면등의 인스턴트 식품의 섭취빈도는 일주일에 3회가 가장 많았고 (37.1%), 식사시 식품배합을 고려하는 경우는 30.7%이었으며, 세끼식사를 규칙적으로 하는 경우는 55.1%이었다.

1) 남녀별 식사습관: 세끼식사의 규칙성을 제외한 나머지 식사습관에서 남녀간에 유의적인 차이를 보였다( $P < .01$ ), 남자가 여자보다 아침식사를 전혀 거르지 않는 비율이 (남: 70.7%, 여: 52.7%), 그리고 정상적인 점심식사를 하는 비율 (남: 74.6%, 여: 42.9%) 이 높았다. 또한 아침식사를 항상 거르는 비율은 여자가 남자보다 높았으며 (남: 1.6%, 여: 3.1%), 점심식사를 거르는 경우는 남자가 여자보다 약간 많았다 (남: 3.6%, 여: 2.1%). 서울시내 대학생의 점심실태를 조사한 劉<sup>5)</sup>의 결과에서는 점심의 결식율이 높게 나타나 (남: 20%, 여: 85%), 본 조사 결과와는 차이가 있었다. 점심식사를 스낵류로 간단히 하는 비율 (남: 21.8%, 여: 55.0%) 과 학교내에서 간식을 하는 비율 (남: 42.0%, 여: 81.0%), 인스턴트식품의 이용빈도, 식품배합을 고려하여 먹는 비율은 여자가 남자보다 높았다.

2) 대학유형별 식사습관: 공학과 여대로 나누어 식사습관을 살펴본 결과, 공학은 남자의 특성을, 여대는 여자의 특성을 나타내 性別의 차이에서와 거의 같은 양상을 보였다. 그중에서 점심의 결식율은 여대의 경우 1.6%로, 공학 학생의 3.2%에 비해, 또는 美國의 여대

Table 1. Characteristics of the subjects by sex(%)

	Sex	
	M	F
<b>Previous nutrition knowledge</b>		
Having	72.2	98.4
Not having	27.8	1.6
<b>Residence</b>		
With parents	55.4	74.4
With siblings	5.4	3.4
With relatives	6.5	3.0
Boarding	13.6	1.5
Live alone	16.9	14.2
Others	2.3	3.5
<b>Meal preparation</b>		
Mother	50.2	62.2
Siblings	13.1	8.1
Himself /Herself	17.6	16.6
Others	19.2	13.2

Total number of subjects : 2425

Table 2. Meal behaviors by sex

	Sex		
	Total	M	F
<b>Skip breakfast</b>			
Never	61.4	70.7	52.7
Sometimes	25.9	21.3	30.2
Often	10.3	6.4	14.0
Always	2.4	1.6	3.1
p < .01			
<b>Lunch habit</b>			
Skip	2.8	2.6	2.1
As snacks	38.9	21.8	55.0
Regular lunch	58.3	74.6	42.9
p < .01			
<b>Eating between meals on campus</b>			
Yes	62.0	42.0	81.0
No	38.0	58.0	19.0
p < .01			
<b>Frequency of having instant foods</b>			
Each meal	3.0	2.8	3.2
Once a day	22.4	19.2	25.6
Three times a week	37.1	36.6	37.6
a week	31.7	33.0	30.3
Never	5.8	8.4	3.3
p < .01			
<b>Use of combination of foods</b>			
Yes	30.7	24.1	36.9
No	69.3	75.9	63.1
p < .01			
<b>Regularity of three meals</b>			
Regular	55.1	55.2	55.1
Irregular	44.9	44.8	44.9
N, S			

Total number of subjects : 2425

의 학생을 대상으로 조사한 Halstead<sup>3)</sup>의 결과인 7%에 비해 양호한 결과를 보였다.

한편 공학의 여대생과 여대의 여대생을 따로 비교해

본 결과, 공학의 여대생이 여대의 여대생보다 유의적으로 좀더 나은 제반 식사습관을 보였음은 재미있는 결과라 하겠다.

3) 전공별 식사습관 : 전공별로는 법경제와 이공계가 가정제나 인문사회계보다 아침을 거르지 않는 경우 (법경 : 74.1%, 이공 : 65.4%, 가정 : 55.5%, 인문사회 : 52.4%) 및 정상적인 점심식사를 하는 경우 (법경 : 75.4%, 이공 : 65.6%, 인문사회 : 57.3%, 가정 : 39.7%)가 많았다. 전공별로 이공계는 학교에서 실험실습이 많고, 법경제는 학교공부의 부과가 많으므로 아침과 점심식사를 충실히 하고 있는 것으로 추측된다. 스낵류로 간단히 점심을 해결하는 경우도 가정제 (80.7%)가 가장 높았으나, 식품배합을 고려하는 비율은 가장 높았다. 타계열 학생들보다 더욱 많은 영양교육의 기회를 가진 가정제 학생에게서 위와같은 상반된 결과가 나타난 것을 볼때 학교에서는 학생들에게 단순히 기초적인 영양지식의 주입보다는 이를 실생활에 적용, 실천할 수 있도록 습관 부분을 중심으로 한 응용영양 분야를 보강시켜 교육해야 할 것으로 본다.

4) 아침식사를 거르는 이유 및 건강에 미치는 영향에 대한 견해 : 아침식사를 거르는 이유는 Table 3에서와 같이 대상자 전체에서 '시간적 여유가 없어서' (46.5%)와 '식욕이 없어서' (36.7%)를 많이 들었다. 아침을 거르는 이유는 남녀간에는 유의적인 차이가 없었으나, '습관적으로' 아침식사를 하지 않는 경우가 여대 학생 (21.4%)이 공학의 학생 (12.3%)보다 유의적으로 많았다. 전체 대상자의 86.5%가 아침을 거르는 것이 건강에 나쁜 영향을 준다고 생각하였으며, 여자 (85.0%) 보다는 남자 (88.1%)가, 여대의 경우 (81.6%) 보다는 공학의 경우 (87.8%)가 건강에 나쁘다고 생각하는 비율이 컸다.

### 3. 주관적 건강평가와 식사습관과의 관계

조사대상자 자신이 평가한 건강상태와 식사습관과의 관계를 살펴본 결과는 Table 4와 같다. 대체로 자신의 건강을 '좋다'고 평가한 학생들이 '나쁘다'고 평가한 학생들보다 바람직한 식사습관을 나타내었다. 즉 전자는 후자보다 아침·점심식사를 전혀 거르지 않는 비율이 컸고, 세끼식사의 규칙성과 식품배합의 고려율도 높았다. 이와는 반대로 점심식사를 스낵으로 대신하거나, 인스턴트식품을 매끼니 먹는 비율은 낮았다. 건강이 '나쁘다'는 학생은 인스턴트식품을 매끼니 먹는 비율뿐 아니라, 전혀 먹지 않는 비율도 높게 나타났는데 이는 끼니를 대

Table 3. Reason for and opinion on skipping breakfast by sex and university

Reason for skipping breakfast	Total	Sex		University	
		M	F	Coed.	Women's
Insufficient time	46.5	45.7	47.3	47.5	44.0
Habitually	14.8	12.8	16.2	12.3	21.4
Weight reduction	2.0	1.8	2.1	1.6	2.8
Poor health	36.7	40.2	34.4	38.6	31.8
	(960)	NS		p < .01	
Opinion on skipping breakfast					
Bad for health	86.5	88.1	85.0	87.8	81.6
Not bad for health	13.5	11.9	15.0	12.2	18.4
	(2425)	p < .05		p < .01	

( ) : Total number of subjects

신하는 라면등 인스턴트 식품의 영양상의 문제점을 시사하는 듯 하다.

#### 4. 학교식당 이용실태

학교식당 이용도는 Table 5에서와 같이 '주로 이용한다'가 전체 대상자의 3분의 1 이상이었으며 '가끔 이용한다'도 57.4%나 되었다. 학교식당을 이용하는 이유로는 '달리 먹을만한 장소가 없어서' (47.1%)와 '편하므로' (38.8%)가 가장 주된 이유로 나타나, 학교생활을 하면서 학교밖에 나가 사먹는 일이 불편하다고 생각하는 학생이 많은 것으로 보였다. '가격이 싸서'와 '친구와 먹을수 있으므로'는 낮은 비율을 차지했다. 학교식당을 이용하지 않는 이유로 '혼잡하므로' (28.3%), '줄을 서서 기다려야하므로' (28.0%), '용돈이 없어서' (22.4%), '수업때문에 시간이 없어서' (21.3%) 등이 별차이없이 나타났다. 이러한 문제점을 해결하기 위하여는 식당의 규모를 확장함으로써, 음식을 미리 준비해놓거나, 배식구를 넓히거나, 배식방법을 개선해야겠고, 학교에서는 학생들의 점심시간을 충분히 배려하여 수업시간을 계획해야 할 것이다. 학교식당을 이용치 않는 경우의 점심식사 해결 방법으로 '도시락 지참' (47.2%)이 가장 많았으나, '학교밖에 나가 사먹는다'도 상당히 많아 학교식당의 문제점과 관련된 결과가 아닌가 생각된다. 그외에도 '방과후 집에 가서 먹거나' (19.5%), '도중에 집에 가서 먹으려는' 경우 (7.3%)를 합쳐 26.8%의 비율을 차지해 일부 대학생의 다양한 식생활 형태를 엿볼

수 있으며 또한 이로부터 생긴 불규칙한 식사습관이 장래의 건강문제에 해를 미치지 않을까 우려된다.

1) 남녀별 학교식당 이용실태 : 학교식당 이용실태는 남녀간에 유의적인 차이를 보여, 남자 (37.7%)가 여자 (31.9%)보다 식당 이용율이 높았는데(9)의 결과에서는 여자가 남자보다 학교식당 이용율이 더 높았다 (남 : 42.9%, 여 : 47.4%). 남자는 이용이유로서 '가격이 싸다'를 여자보다 많이 들었으며, 학교식당을 이용하지 않는 이유로는 남자의 경우 '용돈이 없어서'가, 여자는 '줄을 서서 기다려야하므로'가 가장 높은 비율을 차지하였다. 학교식당을 이용치 않을 경우, '도시락 지참'이 여자 (39.0%)보다 남자 (56.0%)가 더 많았으며 그 다음의 '학교밖에 나가서 사먹는 경우'는 여자 (33.5%)가 남자 (18.0%)보다 더 많았다.

2) 운영형태별 학교식당 이용실태 : 학교식당 운영형태 즉 자영과 임대운영간에도 식당이용실태에 유의적인 차이를 보여, 학교식당을 '주로 이용'하는 비율은 자영 (40.4%)이 임대의 경우 (23.6%)보다 더욱 컸다. 학교식당을 이용치 않는 이유로 '너무 혼잡해서'는 자영이, '줄을 서서 기다려야하므로'는 임대가 각각 높은 비율을 나타냈다. 학교식당외의 점심해결방법으로 자영의 경우가 임대의 경우보다 도시락 지참율은 높았고 (자영 : 55.8%, 임대 : 31.2%), 학교밖에 나가 사먹는 비율은 낮았다. (자영 : 22.0%, 임대 : 33.4%), 이들 결과로써 볼때 자영식당이 임대운영되는 식당보다는 학생들이

Table 4. Relationship of self evaluation of health with meal behaviors

	Self evaluation of health		
	Bad	Average	Good
<b>Skip breakfast</b>			
Never	42.9	53.7	72.4
Sometimes	35.6	30.5	19.5
Often	17.1	13.4	6.0
Always	4.4	2.3	2.1
p < .01			
<b>Lunch habit</b>			
Skip	2.5	3.4	2.2
As snacks	41.6	43.7	33.7
Regular lunch	55.9	52.9	64.1
p < .01			
<b>Instant foods</b>			
Each meal	6.9	2.9	2.4
Once a day	20.6	22.7	22.2
Three times a week	30.9	39.7	35.9
Once a week	31.3	30.1	33.3
Never	10.3	4.6	6.2
p < .01			
<b>Use of combination foods</b>			
Yes	28.2	28.3	33.2
No	71.8	71.7	66.8
p < .05			
<b>Regularity of three meals</b>			
Regular	25.5	44.9	70.6
Irregular	74.5	55.1	29.4
p < .01			

Total number of subjects : 2425

의 이용실태가 양호한 것으로 사료된다.

3) 학교의 주변환경에 따른 학교식당 이용실태 : 여자 대학을 제외한 6개 남녀공학중에서 학교주변에 식당시설이 별로 없다고 생각되는 서울대, 충남대, 충북대(A 집단: 원벽지대학)와 어느정도 시설이 있다고 판단되는 고려대, 전남대, 강원대(B 집단: 도심지대학)의 두집단으로 나누어 학교식당의 이용실태를 조사하였다. A, B 두집단으로 분류시, 대학의 지역성과 식당운영형태를 고려하였으며 여대의 경우는 위의 두조건을 고려하

기가 곤란하여 제외시켰다. 원벽지대학들이 도심지대학들보다 학교식당을 '주로 이용'하는 비율이 훨씬 컸으며(A 집단: 43.6%, B 집단: 24.6%), 전혀 이용치 않는 비율은 도심지대학들(14.0%)이 원벽지대학들(5.7%)보다 높았다. 학교식당을 이용하는 이유로는 두 집단 모두에서 '적당한 장소가 없어서'가 높은비율을 나타냈으나 원벽지대학들이 53.3%로서 도심지대학들의 47.9%보다 높았다. 이는 원벽지대학들의 경우 주변에 시설이 없으므로 당연한 결과라 할 수 있겠으나 도심지대학들의 경우에도 높은 비율을 나타낸것은 학교밖의 시설이 만족스럽지 못함을 내포한다고 하겠다. 또한 원벽지대학들이 도심지 대학들보다 '가격이 싸므로'의 비율이 높게 나타난것은 학교식당이 학교밖의 식당보다 음식 가격이 싼 때문이 아닌가 한다. 학교식당을 이용하지 않는 이유중 '혼잡하므로'가 B 집단에서 가장 큰 이유였다. 식당이용의 점심해결방법으로 도시락 지참율은 원벽지대학들(57.2%)이 도심지 대학들(39.6%)보다 훨씬 높은것은 학교주변환경의 영향때문이 아닌가 싶다. 그 다음으로 도심지 대학들은 '학교밖에 나가 사먹는다'(27.9%), 원벽지 대학들은 '방과후 집에 가서 먹는다'(25.7%)로 나타났다.

4) 주거상태 및 식사준비자에 따른 학교식당 이용도 : 주거상태 및 식사준비자에 따른 학교식당 이용도를 Table 6에 나타내었다. 주거상태에 따라 식당이용도에 유의적인 차이가 있었으며( $P < .01$ ), 부모와 함께 사는 경우나 자취하는 경우에 학교식당 이용율이 높아 '주로 이용'하거나 '가끔 이용'하는 경우를 합쳐 각각 33.8%이었으며 전혀 이용치 않는 경우는 하숙하는 학생에서 그 비율이 매우 컸다.(13.4%). 식사준비자에 따라 식당이용도에도 매우 유의적인 차이가 있어 식사준비자가 어머니 일 경우(94.0%)와 본인일 경우(93.6%) 식당이용율이 높았다. 본인이 식사를 준비 할 경우에는 아침과 저녁식사 준비외에도 점심도시락준비까지 하는것은 무리이므로 식당이용율이 높은것은 당연하다고 추측되나 어머니가 식사준비자일 경우에도 식당이용율이 높은 것은 아마도 대부분의 어머니들이 대학생들은 도시락 지참을 하지 않아도 좋은 것으로 생각하고 있거나 또는 자녀의 생활에 무관심하기 때문이 아닌가 생각된다. 하숙 등의 타인일 경우(86.0%) 식당이용율이 낮은것은 아마도 하숙할 경우 도시락을 싸주므로 하숙생의 경제관리의 일면을 보여주는 것이 아닌가 싶다.

한편으로 주거상태 및 식사준비자에 따른 식사상황을

Table 5. Status of using cafeteria by sex, management type and university surroundings

	Total	Sex		Management type		University surroundings	
		M	F	University-management	Rental	Group A	Group B
<b>Frequency of using cafeteria</b>							
Usually	34.8	37.7	31.9	40.4	23.6	43.6	24.6
Often	57.4	54.3	60.3	53.3	65.6	50.7	61.4
Never	7.8	8.0	7.8	6.3	10.8	5.7	14.0
	(2425)	p < .01		p < .01		p < .01	
<b>Reasons for using cafeteria</b>							
Low price	8.3	11.8	4.9	8.7	7.4	8.3	10.5
Convenient	38.8	37.0	40.6	37.2	42.1	32.8	33.6
No other place to eat	47.1	45.0	49.0	48.6	44.0	53.3	47.9
Eat with friends	5.8	6.2	5.5	5.5	6.5	5.6	8.0
	(2425)	p < .01		N.S.		p < .01	
<b>Reasons for not using cafeteria</b>							
Insufficient lunch time	21.3	19.1	23.5	18.7	26.3	22.2	15.4
Waiting in line	28.0	23.7	32.1	26.3	31.2	28.1	16.8
Too crowded	28.3	28.4	28.2	30.5	24.1	23.6	41.3
No money for lunch	22.4	28.8	16.2	24.5	18.4	26.0	26.5
	(1443)	p < .01		p < .01		p < .01	
<b>Other lunch habit</b>							
Bring lunch	47.2	56.0	39.0	55.8	31.3	57.2	39.6
Eat off-campus	26.0	18.0	33.5	22.0	33.4	11.5	27.9
Eat after school	19.5	18.2	20.6	18.3	21.6	25.7	17.6
Go home for lunch	7.3	7.8	6.8	3.9	13.8	5.6	14.9
	(1985)	p < .01		p < .01		p < .01	

( ): Total number of subjects

Group A : Universities without off-campus dining facilities

Group B : Universities with off-campus dining facilities

살펴본 결과도 위의 학교식당 이용도와 상응하는 결과를 보여주었다. 즉 아침과 점심식사를 거르지 않는 비율이 부모와 함께 주거하는 경우가 친척이나 하숙보다 적었으며 식사준비자가 어머니일 경우가 형제나 타인보다 적었다. 이는 대학생 자녀를 둔 어머니가 자녀의 식사에 무관심하거나 아니면 어머니의 보호를 떠나 하숙이나 친척 집에 살때 자신의 식사관리에 더욱 주의를 기울이게 되

는 심리적인 결과라고도 하겠다.

##### 5. 학교식당 음식에 대한 견해

性別, 식당운영 형태별, 식단에 대한 만족도는 Table 7과 같다.

전체 조사대상자의 4.9%만이 식단에 만족하고 있었 반박이 심하다가 38.5%, 식단선택의 제한이 28.6%, 기호에 맞지 않는다가 18.4%로 식단의 비 다양성 및 제

Table 6. Frequency of using cafeteria by residence and person of meal preparation

	Frequency of using cafeteria		
	Never	Often	Usually
<b>Residence</b>			
With parents	6.2	57.4	36.3
With siblings	7.6	54.3	38.1
With relatives	7.1	48.2	44.6
Boarding	13.4	63.7	22.9
Live alone	6.2	60.4	33.4
Others	38.6	47.1	14.3
	p < .01		
<b>Meal preparation</b>			
Mother	6.0	57.4	36.7
Siblings	10.0	52.5	37.5
Himself/Herself	6.4	60.8	32.8
Others	14.0	57.6	28.4
	p < .01		

Total number of subjects : 2425

으며, 만족도는 性別, 식당운영 형태별로 유의적인 차이가 없었다. 식당에 대하여 불만족하는 이유로서 식당의

한성이 차지하는 비율은 67.1%이었으며, 식당운영형태별로는 자영인 경우 (70.3%)가 임대인 경우 (60.8%)보다 더 높았다. 또한 가격이 비싸다는 이유는 임대 (12.8%)가 자영 (5.2%)보다 더 많았다.

2) 학교식당 음식에 대한 견해

학교식당 음식의 몇 가지 항목들에 관한 견해를 Table 8에 나타내었다.

①음식의 맛: 대상자 전체의 견해는 '맛있다'가 7.9%, '그저 그렇다'가 66.8%, '맛없다'가 25.3%이었다. 남녀별로는 남자가 여자보다 '맛없다'는 비율이 컸으며, 식당운영형태별로는 유의적인 차이가 없었으나 '맛없다'는 비율은 자영 (26.5%)이 임대 (22.8%)보다 컸다.

②주식의 양: 대상자 전체의 견해는 '적당하다' (61.3%) '적다' (22.4%), '많다' (16.3%)의 순이었으며 여자는 '많다'가 27.0%, '적다'가 7.7%인데 비하여 남자는 '많다'가 5.0%, '적다'가 38.0%로 나타나, 남자들에게는 주식의 양이 적은 편이나 대다수의 여자들에게는 많은 편으로 나타났다. 식당운영형태별로 임대의 경우 (72.7%)가 자영의 경우 (55.6%)보다 '적당하다'는 비율이 더 높은 것은 주시할만하다.

③부식의 양: 대상자 전체의 견해는 '적다' (52.6%) '적당하다' (44.4%), '많다' (3.0%)의 순으로, 과반수 이상의 학생이 '적다'고 하였으며, 이 비율은 학교식당

Table 7. Opinions on the menu served in cafeteria by sex and management type

	Total	Sex		Management type	
		M	F	University-management	Rental
<b>Degree of satisfaction</b>					
Satisfactory	4.9	4.9	4.8	5.3	4.1
Fair	52.8	51.4	54.2	51.6	55.3
Unsatisfactory	42.3	43.7	41.0	43.1	40.6
	(2425)	N. S.		N. S.	
<b>Reason for unsatisfaction</b>					
High price	7.8	6.9	8.6	5.2	12.8
Against one's preference	18.4	16.8	20.0	18.2	19.0
Limited choice of daily menu	28.6	33.6	23.8	33.2	19.4
No varieties	38.5	35.3	41.6	37.0	41.4
Others	6.7	7.4	6.1	6.4	7.4
	(1610)	p < .01		p < .01	

( ): Total number of subjects



Table 8. Opinion on their meals served in cafeteria by sex and management type

	Total	Sex		Mangement type	
		M	F	University-management	Rental
Opinion on served meals					
1) Taste					
Poor	25.3	27.7	23.0	26.5	22.8
Fair	26.8	65.7	67.8	65.9	68.6
Good	7.9	6.6	9.2	7.6	8.6
		p < . 01		NS	
2) Amount of staple food					
Little	22.4	37.9	27.0	26.2	14.8
Proper	61.3	57.1	65.3	55.6	72.7
Much	16.3	5.0	7.7	18.2	12.5
		p < . 01		p < . 01	
3) Amount of sidedish					
Little	52.6	58.8	46.7	53.9	50.1
Proper	44.4	39.5	49.0	43.6	46.0
Much	3.0	1.7	4.3	2.5	3.9
		p < . 01		NS	
4) Food quality (nutrition)					
Poor	29.6	34.5	24.8	29.9	28.9
Average	65.1	61.4	68.7	64.4	66.5
Good	5.3	4.1	6.5	5.7	4.6
		p < . 01		NS	
5) Hygiene					
Poor	24.3	26.7	22.0	20.8	31.3
Average	55.0	55.4	54.6	56.0	53.0
Good	20.7	17.9	23.4	23.2	15.7
		p < . 01		p < . 01	

Total number of subjects : 2232

음식에 대한 몇가지 항목에 대한 견해중 가장 높았다.

④ 음식의 질 (영양면) : 전체적으로 음식의 질은 '그저 그렇다' (65.1%), '나쁘다' (29.1%), '좋다' (5.3%)의 순으로, 나타났는데 식당운영별로는 유의적인 차이가 없었으나 남녀별로는 '나쁘다' 라고 대답한 비율이 남자 (34.5%) 가 여자 (24.8%) 보다 유의적으로 높았다(P < . 01). 학교에서 영양지식을 습득하였거나 학교이외의 경로를 통해서 영양지식을 습득한 비율이 여자

(98.4%) 가 남자 (72.2%) 보다 높았음을 생각할때, 또한 영양지식이 있는 경우가 없는 경우보다 영양면의 평가를 더 잘 할수 있다고 볼때, 남자의 평가에 오류가 끼어 있을수도 있다고 하겠다.

⑤ 위생면 : 전체적으로 '양호하다' 는 비율 (20.7%) 보다 '불량하다' (24.3%) 는 비율이 더 컸으며 남자(26.7%) 가 여자 (22.0%) 보다, 임대 (31.3%) 가 자영 (20.8%) 보다, '불량하다' 는율이 더 컸다.

6. 학교식당의 개선점

학교식당의 우선적인 개선점은 Table 9에서와 같이 '기호 및 영양면' (58.5%)이 전체적으로 가장 많았다.

식당운영 형태별로도 자영, 임대 모두 우선적으로 '기호 및 영양면'에서의 개선이 시급히 요청되고 있었는데 자영 (60.6%)이 임대 (54.4%)보다 그 요구가 더 컸다. 이는 학교식당의 식단과 음식에 대한 견해에서도 지적되었듯이, 비 다양성 및 제한성과 음식의 맛이 없으며 질이 나쁘다는 비율이 높았던점 (Table 8 참조) 과 많이 관련된다. 그 다음으로 지적된 개선점으로, 자영의 경우에는 운영면 (19.9%), 임대의 경우에는 위생면 (23.7%)이었다. 자영의 경우에 식당이용율 (40.4%)이 임대의 경우 (26.6%)보다 높았다는 점과 식당을 이용하지 않는 경우 도시락 지참율이 높다는 점 (자영 : 55.8%, 임대 : 31.3%)을 고려하였을때, 같은 면적의 식당일 경우, 자영식당이 임대식당보다 더 혼잡할 것으로 예상되며 따라서 운영면에서도 어려운 점이 있을 것으로 기대된다. 그리고 임대의 경우에는 위생면이 나쁘다는 비율이 더 컸던 점을 고려할 때 (Table 8 참조), 역시 일치되는 결과라고 생각되므로, 임대운영 식당에서는 음식과 환경의 위생적 관리에 특히 신경을 써야 할 것이다.

경제면에서의 개선은 임대의 경우가 자영보다 더 우선

적이었는데 학교식당의 불만족 이유에서도 지적되었듯이 (Table 7) 임대의 경우, '가격이 비싸다'는 비율이 자영보다 높았다. 자영인 경우, 대부분의 학교가 후생과에서 식당운영을 맡고 있으므로 영리가 목적인 임대와는 가격면에서 차이가 날 것이므로 학교식당의 임대 운영은 재고되어야 할 것으로 사료된다.

배식방법상의 문제로서 전체적으로 '음식을 받는데 시간이 걸림' (63.8%), '창구가 비좁고 협소' (26.3%), '음식이 미리 준비 안됨' (6.1%), 기타 (3.7%)의 순이었다. 식당운영 형태별로도 유의적인 차이가 있었는데 ( $P < .01$ ), '음식을 받는데 시간이 걸림'은 자영 (69.7%)이 임대 (52.7%)보다 높았고, '창구가 비좁고 협소함'은 임대 (37.1%)가 자영 (20.0%)보다 높았다. 이러한 배식방법상의 문제점들은 이미 Table 5에서 학교식당을 이용하지 않는 이유로 드러난, '너무 혼잡해서'와 '줄을 서서 기다려야 하는 점' 등과 매우 잘 일치된다. 따라서 임대운영 식당에서는 배식구의 확장이 무엇보다도 시급하다고 생각되며, 자영, 임대 모두 배식방법을 개선하여 줄을 서서 기다리거나 음식을 받는데 시간이 걸리거나 하는 이유로 학교식당을 이용하지 못함으로써 생기는 결식이 없도록 해야 할 것이다.

7. 식사습관, 주관적 건강평가, 식당 이용도간의 상관관계

전체 조사대상자들은 아침식사를 거르지 않을수록 점심식사를 정상적으로 하는 경향이었고 ( $P < .01$ ), 하루 세 끼의 식사도 규칙적으로 하는 경향이 있었다 ( $P < .01$ ). 이러한 상관은 Stasch 등<sup>3)</sup>의 아침식사를 잘 하는 사람이 점심식사를 잘 하는 경향이 있었다는 보고와 잘 일치하였다.

아침식사를 거르지 않는 여학생일수록 아침식사를 거르는 것이 건강에 나쁜 영향을 준다고 생각하고 있었으며 ( $P < .01$ ), 식사시 식품배합을 고려하여 먹는 경향이 있었다 ( $P < .01$ ). 식사를 규칙적으로 할수록 인스턴트 식품의 섭취빈도는 낮았고 ( $P < .01$ ), 간식을 하지 않는 경향 ( $P < .05$ )이었으며 간식을 자주하는 학생일수록 인스턴트 식품의 섭취빈도가 높았다 ( $P < .05$ ).

자신의 건강을 양호하다고 판단할수록 식사를 규칙적으로 잘 하였으며 ( $P < .01$ ), 식사시 식품배합을 고려하는 경향 ( $P < .05$ )이었으며 인스턴트 식품의 섭취빈도가 낮았다. ( $P < .05$ ).

학교식당을 자주 이용하는 사람일수록 식단에 만족하는 경향이었으며 ( $P < .01$ ), 주식의 양은 많다 ( $P < .01$ )는 편이고 음식의 질 ( $P < .05$ ), 음식의 맛 ( $P < .05$ ), 위

Table 9. Improvements in cafeteria by management type

	Total	University management	Rental
Priority to be improved			
Price	10.8	9.2	13.9
Taste and nutrition	58.5	60.6	54.4
Management	15.9	19.9	8.1
Hygiene	14.8	10.3	23.6
	(2232)		$P < .01$
Problems in meal service system			
Narrow service area	26.4	20.6	37.1
Waiting in line	63.8	69.7	52.7
Short of prepared meals	6.1	5.9	6.7
Others	3.7	3.8	3.5
	(1937)		$P < .01$

( ): Total number of subjects

생상태 ( $P < .05$ )가 좋다는 경향이였다. 그러나 학교식당 이용도와 영양지식, 아침식사, 점심식사 습관과는 상관이 없었다. Stasch 등<sup>9)</sup>의 결과에서도 아침식사 습관이 과거의 영양지식이나 학교식당 이용도와는 무관하다고 보고하였다.

## 결 론

전국에 있는 종합대학교 중에서 학교식당을 자체내에서 운영하는 5개교와, 임대 운영에 의한 4개교에 재학 중인 대학생 2,425명 (남 : 1,184명, 여 : 1,241명)을 대상으로 1981년 11월 중순부터 12월초까지 식사 습관, 식당이용 실태에 관해 설문지 조사를 통해 얻은 결과는 다음과 같다.

1) 전체 조사대상자중 아침식사를 전혀 거르지 않는 경우는 61.4%이었으며, 점심식사를 정상적으로 하는 경우는 58.3%, 끼니외의 간식을 하는 경우는 62.0%이었고 인스턴트식품 섭취빈도는 주 3회 정도가 가장 많았고(37.1%)식사시식품배합을 고려하는 경우는 30.7%, 세끼의 식사를 규칙적으로 하는 경우는 55.1%이었다.

2) 아침 및 점심식사습관, 간식 및 인스턴트 식품의 이용도, 그리고 식품배합의 고려여부는 남녀간에 유의적인 차이를 나타냈다. 남자가 여자보다 아침식사(남: 70.7%, 여: 52.7%) 및 점심식사(남: 74.6%, 여: 42.9%)를 정상적으로 하는 비율이 컸고 여자가 남자보다 점심식사를 스낵으로 대신하는 비율(남: 21.8%, 여: 55.0%) 및 끼니 외의 간식을 하는 비율(남: 42.0%, 여: 81.0%)이 훨씬 높았다.

3) 아침식사를 거르는데 대한 견해는 남자가 여자보다 건강에 나쁘다고 생각하는 비율이 컸다(남: 88.1%, 여: 85.0%).

4) 자신의 건강상태를 좋다고 평가한 학생은 나쁘다는 학생에 비해 아침식사와점심식사를 정상적으로 하는 비율이 컸으며, 세끼 식사의 규칙성과 식품배합의 고려율도 높았다.

5) 학교식당을 주로 이용하는 비율은 전체 조사대상자의 34.8%이었으며, 남자가 여자보다, 자영의 경우가 임대의 경우보다, 학교주변에 식당이 없는 경우가, 있는 경우보다, 식당이용율이 각각 더 높았다. 학교 식당을 이용하는 이유중에서 남자가 여자에 비해 가격이 싸다는 점을 많이 들었으며(남: 11.8%, 여: 4.9%), 주변에 식당이 없는 학교 학생들이 학교식당을 많이 이용하

는 이유중의 하나는 주변에 적당한 장소가 없다는 이유를 많이 들었다. 학교식당을 이용하지 않는 주된 이유는, 너무 혼잡해서(28.3%)와 줄을 서서 오래 기다려야 하는(28.0%) 것이었으며, 남자가 여자보다 점심비용이 없어서 학교식당을 많이 이용하지 않았다. 식당을 이용하지 않을 경우, 점심식사의 형태는 도시락 지참(47.2%), 학교밖에서 나가서 사먹는다(26.0%) 외에도 방과 후에 집에 가서 먹는다는 비율도 상당히 높았다(19.5%) 도시락 지참율은 남자가 여자보다 높았으며, 또한 자영의 경우와 주변에 식당이 없는 경우에 도시락 지참율이 훨씬 더 높았다.

6) 식당에 대해서는 전체 대상자의 4.9%만이 만족하고 있었고, 만족하지 않는 비율은 42.3%이었다. 자영식당과 임대식당간에는 유의적인 차이가 없었다. 불만족 이유로는 식단의 비다양성 및 제한성이 가장 많았는데, 식단 선택의 제한성은 자영인 경우가 더 컸으며 임대인 경우에(12.8%) 음식가격이 훨씬 비쌌다. 음식(맛, 질, 주식량, 부식량, 위생)에 대하여서는 남자가 여자보다 덜 만족해하였다.

7) 식당의 개선점으로 임대, 자영식당 모두 기호 및 영양면의 개선이 절실히 필요한 것으로 나타났으며, 그다음으로 자영의 경우는 운영면이, 임대의 경우는 위생면과 경제면이 개선되어야 할 점이었다. 특히 배식방법상의 문제점으로 크게 드러난 것은 음식을 받는데 시간이 걸린다는 점이었다.

8) 변인들간의 상호관계를 보면, 아침식사를 거르지 않을수록 점심식사를 정상적으로 하는 경향이였으며( $P < .01$ ), 이들은 또한 세끼 식사를 규칙적으로 하는 것으로 나타났다( $P < .01$ ). 세끼 식사를 규칙적으로 할 수록 인스턴트 식품이나 간식을 하지 않는 경향이었고, 영양지식과 식사습관간에는 유의적인 상관이 없었다.

9) 학교식당의 이용도와 영양지식 및 식사습관간에는 유의적인 상관이 없었으나, 식당에 만족할수록, 주식의 양이 많을수록 음식의 질, 음식의 맛, 위생상태가 양호할수록 식당이용율이 높았다.

최근 대학마다 학생 수가 급증함에 따라 후생시설의 일부인 학교식당의 시설 및 규모 역시 확장을 필요로 하고 있는데, 학교 당국에서는 학교식당운영을 학교급식의 한 범주로 포함시키고, 본 조사에서 나타난 자영과 임대운영간의 급식, 가격, 위생면에서의 차이를 충분히 고려하여 운영의 개선을 도모하고, 점심식사 시간의 배려, 혼잡하지 않은 분위기 조성과 함께 도시락 지참시

에도 식당에서 식사를 할 수 있도록 해야 할 것이며 가호, 영양, 경제성을 고려한 다양한 식단으로 음식을 제공하여야 할 것이다.

### 참 고 문 헌

- 1) 金命鎭 : 우리나라의 학교급식, 한국 영양학회지, 10(4) : 189-197, 1977.
- 2) Jakobovits, C., Halstead, P., Kelly, L., Roe, D. A. & Young, C. M.: *Eating habits and nutrient intakes of college women over a thirty year period.* J. Am. Dietet. A., 71: 405-411, 1977.
- 3) Stasch, A. R., Johnson, M. M. & Spangler, G. J.: *Food practices and preferences of Some college students,* J. Am. Dietet. A., 57: 523-527, 1970.
- 4) Brown, P. T. & Bergan, J. G.: *Current trends in food habits and dietary intakes of Home economics students in three junior high schools in Rhode Island,* Home Econ. Res. J., 7(5) : 324-333, 1979.
- 5) Thomas, J. A. & Call, D. L.: *Eating between meals,* Nutr. Reviews, 31(5) : 137-139, 1973.
- 6) Leverton, R. M.: *The paradox of teen-age nutrition,* J. Am. Dietet. A., 53: 13-16, 1968.
- 7) 金英子 : 女大生の 飲食選擇 및 嗜好性向, 한국 영양학회지, 9(3) : 247-257, 1976.
- 8) 임현숙 : 食習慣과 건강상태와의 關聯性에 관한 연구, 한국 영양학회지, 14(1) : 9-15, 1981.
- 9) 劉永祥 : 大學生の 점심 섭취 실태에 관한 연구, 대한 가정학회지, 19(2) : 165-174, 1981.
- 10) 이기열, 이양자, 김숙영, 박계숙 : 大學生の 영양 실태조사, 한국 영양학회지, 13(2) : 73-81, 1980.
- 11) 이방자 : 一部 都市地域 女子大學生의 영양 섭취에 관한 조사 연구, 대한 가정학회지, 16(4) : 51-66, 1978.
- 12) 모수미 : 서울농대 남녀 기숙사생의 계절별 영양 섭취 조사, 한국농화학회지, 7: 92, 1966.
- 13) 현순영 : 한국여자대학 寄宿舍生의 季節別 營養 실태 조사, 한국 영양학회지, 2(3) : 91-98, 1969.
- 14) Shorr, B. C., Sanjur, D. & Erickson, E. C.: *Teen-age food habits,* J. Am. Dietet. A., 61: 415-420, 1972.
- 15) Law, H. M., Lewis, H. F., Grant, V. C. & Bachemin, D. S.: *Sophomore high school students' attitudes toward school lunch,* J. Am. Dietet. A., 60: 38-41, 1972.
- 16) Perish, J. B.: *Implications of changing food habits for nutrition educators,* J. Nutr. Education, 2: 140-145, 1971.