

남녀 중학생의 식사 행동과 패스트푸드에 대한 인식 및 이용실태

조 정 미* · 한 용 봉**

고려대학교 교육대학원 가정교육 전공* · 고려대학교 사범대학 가정교육과 교수**

Dietary Behavior and Fast-Foods Use of Middle School Students in Seoul

Cho, Chung-Mee* · Han, Yong-Bong**

*The Graduate School of Education**

*Department of Home Economics Education, College of Education, Korea University***

Abstract

This study was to investigate the dietary behavior and fast foods use among Korean youth in order to obtain basic information of nutrition education for them. Survey was carried out through questionnaire and the subjects were 236 boys and 388 girls of 4 middle schools in Seoul. The questionnaire included use frequency of Korean and foreign fast-foods, preference, concepts regarding prices, fullness, choice factors, dietary habits and nutritional knowledges.

The results are summarized as follow :

1. Overweight students(52.8%) were more than normal(43.1%) and low body weight students(4.2%), classified by Röher index.
2. Most students(78.9%) had very good or good food habit, 52.6% of boys and 44.0% of girls were having breakfast regulary. 46.1% of subjects had fast-foods once or twice in a week and girl subjects used more than boys.
3. Nutritional knowledge of the subjects was satisfiable and normal and overweight groups were better than underweight group.
4. Fast-foods most students liked were duckbocki(81.1%) fried chicken(80.9%) french fried potatos(80.4%) mandoo(78.1%) kimbab(78.9%), and fried chicken(77.9%).
5. 57.9% of the subjects wished to develop Korean traditional food items into fast-food style.

I. 서 론

고도의 산업화와 국제화 추세 속에서 현대인의 사회생활이 점차 과학화, 합리화되어 가고 있으며, 각 분야 또한 전문화되고 있다. 경제 성장에 따른 생활 수준의 향상으로 식생활은 윤택해지고 있으나 능률적 간소화로 변화되어 외식이 점차 증가되고 있다. 특히 손이 많이 가고 조리과정이 복잡한 전통 우리 음식보다는 만들기 쉽고 먹기 간편한 서양 식사가 우리 식생활에 깊숙이 침투되면서 신속하고 간단하게 먹을 수 있는 패스트푸드와 인스턴트 푸드의 이용이 급증하게 되었다.¹⁾

패스트푸드는 대부분 몇 가지 식품만으로 만들어져 영양 균형보다는 간편성과 맛에 중점을 두었고, 또 외래 식품에 대한 청소년들의 호기심 때문에 선호도가 높아지고 있으나, 이것을 장기간 섭취할 경우 영양 결핍이 유발될 소지를 많이 내포하고 있다.^{2, 3)}

일반적으로 청소년들이 동물성 식품이나 기포성 탄산음료 등 패스트푸드를 선호하여 많은 동물성 지방과 달거나 짠음식을 자주 섭취할 경우 영양 불균형이 되기 쉽고, 이러한 좋지 못한 식습관은 비만을 비롯한 영양 불량 뿐 아니라 성인병 유발의 요인이 될 수 있다.⁴⁾

청소년기는 바쁜 일과에 쫓겨, 결식 현상이 많아 간식과 매식에 의존도가 높아지고, 편이성과 기호면에 치우쳐 있는 패스트푸드의 선택이 날로 증가되고 있는 실정이다.

청소년기는 성장과 발달과정에 있어서 신체적, 정신적 성숙이 급격히 이루어지는 제 2의 성장기로서, 영양 요구량이 상당히 많은 시기이다. 그러므로 식생활의 중요성이 더욱 강조되며, 올바른 영양교육으로 좋은 식습관을 형성시켜 균형 잡힌 영양 섭취가 이루어져야 한다.⁵⁾

모 등⁶⁾의 조사에 의하면 근래 우리 나라는 핵가족화 현상으로 가족 단위의 외식이 늘어나면서 어린이 소비자 비중이 커지고 있으며, 특히 패스트푸드점의 고객으로는 청소년 및 청년층이 대부분이므로 이들의 식습관은 앞으로 우리의 식생활과 전통 식문화 뿐 아니라 국민 건강에 큰 영향을 줄 것으로 생각된다. 그러므로 패스트푸드의 균형 잡힌 영양 식품 제조로 시급히 시정되어야 하고 아울러 청

소년들이 바람직한 식습관을 갖도록 지도와 배려가 요구된다.

따라서 이러한 중요한 시기의 청소년들이 패스트푸드의 범람 속에 무방비 상태로 방치되어 이들 식품의 섭취가 날로 증가하고 있다는 것은 신중히 재고해 보아야 할 시급한 사안이라 생각된다.

이에 본 연구에서 심신의 발육이 왕성한 청소년기의 남녀 중학생을 대상으로 패스트푸드의 이용실태 식습관 영양지식 간식의 빈도 맛에 대한 기호도 채위 등을 조사하고 이들의 상관관계를 검토하여 식생활을 평가하였다. 또한 청소년들의 식습관이 우리나라 미래의 식생활 문화와 국민 건강에 큰 영향을 줄 것이므로 전통음식의 패스트푸드화에 대한 의견을 물어 우리 전통 음식의 패스트푸드의 개발로 전통 음식의 전승과 맛을 보존함으로써 우리의 식문화에 대해 긍지를 갖도록 올바른 의식을 심어 주고 바람직한 식생활 문화를 형성하는데 도움이 되는 자료를 제공하고자 하였다.

II. 연구 방법

1. 조사 대상 및 기간

본 조사는 1995년 10월 7일부터 10월 14일까지 서울 지역을 중심으로 강북의 ㅇ여중, 7중학교와 강남의 ㅇ여중, 2중학교 1~3학년에 설문지 640부를 배부, 부실한 것을 제외한 남학생 236부와 여학생 388부 총 624부를 통계 처리하였다.

2. 설문지 내용 및 방법

본 연구는 남녀 중학생의 패스트푸드에 대한 인식과 이용실태, 식습관 및 영양지식에 관해 발표된 논문과 서적⁷⁻¹³⁾을 기초로 하여, 본 연구에 필요한 문항을 발췌, 수정 보완하여 작성하였다.

설문 내용은 조사대상의 인구 사회학적 환경 패스트푸드의 기호 조사 식습관 영양지식 패스트푸드에 대한 인식과 이용실태 우리 전통음식의 패스트푸드화에 대한 의견 등 6개 부분으로 구성되어 있다.

패스트푸드의 기호도 조사에 선정된 것은 한국과 외국 음식 중 청소년들이 선호하는 22종으로 예비조사 결과에서 비롯되었다.

3. 자료 처리 및 분석 방법

본 연구의 자료처리 및 분석은 SAS/PC를 사용하여 조사 대상의 인구 사회학적 배경 체위 식습관 영양지식 패스트푸드에 대한 인식 및 기호도 등 각 문항의 빈도와 백분율을 구하고, 측정된 결과를 χ^2 -test로 .05 수준에서 유의성을 보았다.

패스트푸드 22종에 대하여 좋아한다 4점, 보통이다 3점, 싫어한다 2점, 먹어 본 적 없다 1점으로 기호도를 점수화하여 4단계 Likert척도로 t-test하였다.

조사 대상자의 식습관은 1주일을 기준으로 10개 항목에 대하여 응답자의 섭취빈도가 0-2일이면 0점, 3-5일이면 0.5점, 6-7일이면 1점을 주어 총 10점 만점으로 점수화, 10~9점 대단히 좋다, 8~7점 좋다, 6~5점 보통, 4점 이하 나쁘다로 평가하여¹³⁾ 성별, 지역별 평균과 표준편차를 구하였다.

패스트푸드의 이용빈도와 음식맛의 상관관계는 제1측부터 제4측까지의 값 가운데 제1측을 가장 많이 사용하는 정준상관분석중 수량화 방법II를 사용하였고, 최대값에서 최소값을 제하여 얻은 값이 크면 클수록 패스트푸드의 이용빈도가 많은 것으로 평가하였다.

영양지식은 문항당 1점, 8문항 8점 만점으로 점수화한 후 남녀 평균과 표준편차를 구하고 상(8~6.5점), 중(6.4~3.5점), 하(3.4~0점)로 평가하였다. 패스트푸드를 찾는 동기, 패스트푸드의 개선점과 우리 전통음식의 패스트푸드화 등도 점수화하여 성별 평균과 표준편차를 구하여 t-test하였다.

III. 연구결과 및 논의

1. 조사 대상자의 인구 사회학적 환경

본 조사 대상자는 서울지역의 남녀 중학교 1~3학년 학생으로 연령분포와 남녀 비율은 13세가 45.8% (286명)로 가장 많았고, 14세는 34.6% (216명), 12세는 13.0% (81명), 15세는 6.6% (41명) 순이며, 여학생 388명, 남학생 236명이었다.

조사대상 부모의 교육 정도는 <표 1>과 같이 아버지는 대졸 이상이 68.3%, 어머니는 고졸이 46.8%로 가장 많았다. 부의 연령은 41~50세가, 모는 40세 이하가 가장 많았으며, 취업률은 27.7%이고,

가족 전체의 한달 수입은 180만원 이상이 41.4%였다.

조사대상의 일주일 용돈은 4천원-5천원(33.3%), 3천원-4천원(22.3%), 2천원-3천원(13.4%) 순이며, 나머지 31.0%는 일정치 않았다.

일주일 간식비는 2천원-3천원(40.5%)이 가장 많았고, 1천원-2천원(25.6%), 4천원 이상(16.0%) 순이며 나머지(17.9%)는 일정치 않았다.

최근 우리 나라의 주거형태는 산업의 발달과 인구의 대도시 집중화 현상으로 또, 기능적이고 합리적인 형태를 선호하여 한옥이나 양옥보다는 아파트나 연립주택을 선호하는 경향이 있다. 본 조사대상의 주거형태도 아파트에 44.0%가, 연립주택에 33.5%가 거주하고 있었다.

조사대상의 Röher 지수로 평가한 체위¹⁴⁾는 <표 2>와 같이 과체중군이 46.7%(남 42.2%, 여 51.2%)로 가장 많고, 정상군 43.1%(남 45.2%, 여 41.0%), 비만군이 6.1%(남 6.8%, 여 5.3%), 저체중군이 2.3%(남 2.7%, 여 1.9%), 아주마른체중군이 1.9%(남 3.1%, 여 0.6%) 순으로 정상군(43.1%)보다 비정상군(56.9%)이 많았다.

더구나 비만군과 과체중군(52.8%)이 많은 것이 특징이며, 남학생(49.9%)보다 여학생(56.5%)이 많아 윤과 한의 조사¹⁵⁾와 같은 경향이였다.

조사대상 남학생의 평균 체위는 158.1cm, 48.8kg, 여학생은 162.4cm, 51.5kg으로 여학생이 남학생보다 컸으며, 남학생은 13~15세 한국인 표준 체위보다 적었다.¹⁶⁾

2. 식습관과 식생활 태도의 일반적 경향과 이에 영향을 주는 요인

1) 식습관과 식생활 태도

조사 대상 남녀 중학생의 식습관은 <표 3>과 같이 대단히 좋다와 좋다가 전체의 78.9%이고, 보통이다 17.9%, 나쁘다 3.2%로 전반적으로 좋은 편이며 성별 유의성은 없었다.

편식은 조사 대상의 59.8%가 하고 있었으나, 영양 지식과 편식은 상관성이 없었고, 조사대상의 67.3%가 자신의 식생활 태도에 문제가 있다고 평가하였으며, 강남(71.0%)이 강북(63.7%) 학생보다 문제가 더 많아 지역별 유의성을 보였다.

식생활 태도의 문제점으로는 식품에 대한 편견, 편식(34.6%), 식사시간의 불규칙성(34.3%), 과다

〈표 1〉 조사대상자 남녀 중학생 부모의 인구사회학적 환경

명(%)

| 문항 | | 성별 | | 전체 |
|---------|-----------|------------|------------|------------|
| | | 남 | 여 | |
| 부의 학력 | 중졸 이하 | 11 (5.4) | 12 (3.6) | 33 (4.4) |
| | 고졸 | 55 (27.0) | 96 (27.4) | 151 (27.3) |
| | 대졸 이상 | 138 (67.6) | 242 (69.0) | 380 (68.4) |
| | 전체 | 204(100.0) | 350(100.0) | 554(100.0) |
| 모의 학력 | 중졸 이하 | 21 (10.3) | 23 (6.7) | 44 (8.3) |
| | 고졸 | 92 (45.1) | 169 (48.5) | 261 (47.1) |
| | 대졸 이상 | 91 (44.6) | 156 (44.8) | 247 (44.7) |
| | 전체 | 204(100.0) | 348(100.0) | 552(100.0) |
| 부의 연령 | 40세 이하 | 27 (13.1) | 46 (12.8) | 73 (12.9) |
| | 41 ~50세 | 164 (79.2) | 288 (80.0) | 452 (79.7) |
| | 51 ~60세 | 15 (7.2) | 25 (6.9) | 40 (7.1) |
| | 61세 이상 | 1 (0.5) | 1 (0.3) | 2 (0.4) |
| | 전체 | 207(100.0) | 360(100.0) | 567(100.0) |
| 모의 연령 | 40세 이하 | 96 (45.5) | 194 (53.6) | 290 (50.0) |
| | 41 ~50세 | 112 (53.1) | 165 (45.6) | 277 (48.9) |
| | 51세 이상 | 3 (1.4) | 3 (0.8) | 6 (1.1) |
| | 전체 | 211(100.0) | 362(100.0) | 573(100.0) |
| 모의 직업 | 유무 | 67 (30.0) | 93 (25.1) | 160 (27.3) |
| | 전체 | 223(100.0) | 370(100.0) | 593(100.0) |
| | 전체 | 223(100.0) | 370(100.0) | 593(100.0) |
| 한달 총 수입 | 60만원 이하 | 4 (1.8) | 5 (1.5) | 9 (1.7) |
| | 60 ~ 90만원 | 8 (3.6) | 14 (4.3) | 22 (4.0) |
| | 90 ~120만원 | 35 (15.9) | 37 (11.3) | 72 (13.4) |
| | 120~150만원 | 32 (14.5) | 71 (21.7) | 103 (18.4) |
| | 150~180만원 | 46 (20.8) | 69 (21.1) | 115 (21.0) |
| | 180만원 이상 | 96 (43.4) | 131 (40.1) | 227 (41.6) |
| | 전체 | 221(100.0) | 327(100.0) | 548(100.0) |
| 주거 형태 | 한옥 | 3 (1.3) | 2 (0.8) | 5 (1.0) |
| | 양옥 | 26 (11.1) | 69 (17.8) | 95 (14.9) |
| | 아파트 | 90 (38.3) | 188 (48.4) | 278 (44.0) |
| | 연립주택 | 99 (42.1) | 104 (26.8) | 203 (33.5) |
| | 가타 | 17 (7.2) | 24 (6.2) | 41 (6.7) |
| | 전체 | 235(100.0) | 388(100.0) | 623(100.0) |

〈표 2〉 조사 대상 남녀 중학생의 신체 충실지수

명(%)

| 성별 | Röher지수 | | | | | 전체 |
|-----|--------------|-----------------|----------------|----------------|-----------------------|------------|
| | 160이상 비만군 | 149~159 과체중군 | 118~148 정상군 | 98~117 저체중군 | 97 이하 아주 마른 체형군 | |
| 남학생 | 15(6.8) | 94(42.2) | 101(45.2) | 6(2.7) | 7(3.1) | 223(100.0) |
| 여학생 | 17(5.3) | 165(51.2) | 132(41.0) | 6(1.9) | 2(0.6) | 322(100.0) |
| 평균 | (6.1) | (46.7) | (43.1) | (2.3) | (1.9) | (100.0) |

한국인 영양권장량 제6개정¹⁾, 13~15세 체위 남 : 159cm, 50kg 여 : 155cm, 48kg

〈표 3〉 조사대상 남녀 중학생의 식습관

| 문항 | 성별 | | 전체 |
|--------|------------|------------|------------|
| | 남학생 | 여학생 | |
| 대단히 좋다 | 78 (40.4) | 107 (34.5) | 185 (37.1) |
| 좋다 | 75 (38.9) | 137 (44.2) | 212 (41.2) |
| 보통이다 | 31 (16.1) | 59 (19.0) | 90 (17.7) |
| 나쁘다 | 9 (4.6) | 7 (2.3) | 16 (3.3) |
| 전체 | 193(100.0) | 310(100.0) | 503(100.0) |

〈표 4〉 조사 대상 남녀 중학생의 간식빈도

| 빈도 | 성별 | | 전체 |
|-------------|------------|------------|------------|
| | 남학생 | 여학생 | |
| 하루에 3~4번 이상 | 41 (18.5) | 75 (20.0) | 116 (19.3) |
| 하루에 1~2번 | 108 (48.6) | 201 (53.5) | 309 (51.4) |
| 일주일에 1~2번 | 25 (11.3) | 31 (8.2) | 56 (9.6) |
| 일주일에 3~4번 | 41 (18.5) | 50 (13.3) | 91 (15.6) |
| 기타 | 7 (3.1) | 19 (5.0) | 26 (4.2) |
| 전체 | 222(100.0) | 376(100.0) | 598(100.0) |

$\chi^2=11.040$ $df=4$ $p=.026$

한 간식(28.9%), 식사를 거르는 것(28.0%), 과식 또는 소식(27.8%), 질적으로 떨어진 식사(4.5%) 순으로 나타났다.

조사 대상자 중 아침 식사를 매일 먹는다 47.3%(남52.6%, 여44.0%)로 김¹¹⁾의 조사 42.6%보다 많았고, 가끔 먹는다가 38.4%(남33.3%, 여41.5%), 먹지 않는다는 14.3%(남14.1%, 여14.5%)로 심¹²⁾의 조사(남15.1%, 여 29.2%)보다는 적었으나 절반 이상의 학생들이 아침을 거르거나 어머니의 취업 여부와는 상관성이 없었다.

아침 식사를 거르는 이유는 선행연구¹³⁾와 같은 경향으로 등교시간에 늦어서(45.1%)가 가장 많았고, 식욕이 없어서(31.1%), 아침을 안 먹는 집안의 식습관 때문에(11.2%), 아침 준비가 늦어져서(10.1%), 체중 조절을 위해(2.5%) 순으로 나타났다. 뇌의 원활한 활동을 위해 아침 식사로 충분한 영양 보급이 필요하므로 많은 학생들이 아침을 먹지 않고 등교하는 것은 문제가 있다고 생각되었다.

조사대상자가 중시 여기는 끼니는 저녁(44.8%), 점심(21.9%), 아침(18.5%) 순이며, 14.8%만이 세

끼 모두 중요시하였다. 조사대상 모두 저녁(남 50.6%, 여 41.2%)을 중시함은 선행연구¹⁴⁾와 같이, 아침을 중시하던 우리 전통 식생활 형태에서 사회 구조와 생활양식의 시대적 변천에 따라 변화되어 가고 있음을 알 수 있다.¹⁵⁾

식습관 조사에서 식사의 불규칙성이 나타나, 조사 대상의 간식 빈도를 조사한 결과 〈표 4〉와 같이 대부분이 간식(93.9%)을 하며, 이는 남녀 고등학생을 대상으로 한 한과 안¹⁶⁾의 연구(92.7%)와 같은 경향이었다. 간식 빈도는 하루에 1~2번(51.4%)이 가장 많고, 하루에 3~4번 이상(19.3%), 일주일에 3~4번(15.6%), 일주일에 1~2번(9.6%) 순이었다.

간식은 본인 구입이 45.5%로 가장 많았고, 부모님이 사서 집에 마련해 주시는 경우가 35.6%, 어머니가 직접 만들어 주시는 것은 19.0% 뿐이었다. 본인이 간식을 직접 사 먹는 경우보다 부모님이 간식을 마련해 주는 경우 간식의 이용빈도가 유의적으로 낮아 학생들의 건강을 위하여 부모님의 배려가 절실히 요구되었다.

조사 대상자 57.5%가 〈표 5〉와 같이 간식을 많

(표 5) 간식을 많이 먹어서 식사를 거르는 적이 있는지의 여부

명(%)

| 빈도 | 성별 | | 전체 |
|-----------|------------|------------|------------|
| | 남학생 | 여학생 | |
| 거의 없다 | 147 (64.2) | 194 (50.7) | 341 (56.6) |
| 1주일에 1~2회 | 64 (27.9) | 121 (31.6) | 185 (30.6) |
| 1주일에 3~4회 | 11 (4.8) | 51 (13.3) | 62 (9.6) |
| 1주일에 5~6회 | 7 (3.1) | 17 (4.4) | 24 (3.2) |
| 전체 | 229(100.0) | 383(100.0) | 612(100.0) |

$\chi^2=16.293$ $df=3$ $p=.001$

(표 6) 조사대상자의 맛의 기호도와 기타요인과의 관계

| 문항 | 식습관 | 영양지식 | 비만 |
|-----------|--------|-------|-------|
| 짠맛 | 0.01 | -0.01 | 0.09* |
| 매운맛 | 0.01 | 0.08 | 0.03 |
| 신맛 | -0.01 | -0.05 | 0.10* |
| 단맛 | -0.03 | 0.10* | 0.08 |
| 담백한맛 | -0.10* | 0.02 | 0.04 |
| 기름을 사용한 맛 | -0.10* | 0.06 | -0.06 |

* : P<.05

이 해서 식사를 거른 적은 거의 없다고 하나, 간식의 빈도가 적을수록 결식도 적어(30.6%) 선행 연구²⁰⁾의 간식은 밥맛을 잃게 한다(44.3%)와 같은 경향이었고 통계적 유의성도 있었다.

과중한 학업을 수행해야 하는 조사대상 청소년의 식사내용을 조사한 결과 밥 이외의 것을 식사로 대용한다 가 92.7%로 한과 조의²¹⁾의 84.3%보다 많았으며, 이용시기는 점심(30.1%) 저녁(30.0%) 아침(24.7%) 순으로 윤과 한의 연구¹⁶⁾와 같은 경향이 나 성별 유의성은 없었다.

조사 대상자들이 대용식으로 택하는 음식은 컵라면(55.4%), 빵과 우유(28.8%), 햄버거 핫도그(6.3%) 떡류(2.7%) 감자 고구마(1.3%)등 주로 인스턴트나 패스트푸드이며 대용식을 이용하는 이유는 간편해서(43.7%)가 가장 많고 입맛이 없어서(32.7%), 반찬이 없어서(7.6%)로 이는 한의 선행연구²⁰⁾와 유사하였다.

우리 나라에서는 패스트푸드의 과다 섭취로 인한 건강문제는 아직 표면화되고 있지 않으나, 패스트푸드를 식사로 대용하는 사람이 점차 증가 추세에 있으므로, 이를 한끼의 식사로 선택할 경우 열량

과다나 비타민과 무기질 등 미량 영양소 부족 등의 영양 불균형의 소지가 많으므로 자주 혹은 장기간 섭취하였을 때 영양성 질병이 예측되어 국민 건강이 우려되었다.²⁰⁾

2) 맛에 대한 조사 대상자의 기호 경향과 패스트푸드의 이용빈도

조사대상 남학생의 맛의 기호는 담백한 맛>매운맛>단맛>짠맛>기름을 사용한 맛>신맛 순이며, 여학생은 담백한 맛>단맛>매운맛>짠맛>신맛>기름을 사용한 맛의 순으로 남녀 모두 담백한 맛을 선호하였다.

조사 대상자의 맛의 기호도와 식습관, 영양지식, 체위와의 상관관계에서는 (표 6)과 같이 식습관이 좋을수록 담백한 맛과 기름을 사용한 맛을 좋아하였고, 영양지식이 높을수록 단맛을, 비만할수록 짠맛과 신맛을 좋아하는 것으로 나타나 한과 조의 연구와도 같은 경향이였다.

또한 음식맛의 기호와 패스트푸드의 이용빈도는 (표 7)과 같이 담백한 맛(2.2419)과 단맛(2.0731)을 선호하는 학생이 많이 이용하였고, 매운 맛(0.7578), 신맛(0.6074), 기름진 맛(0.4958) 짠맛(0.4858) 순

〈표 7〉 패스트푸드의 이용빈도와 음식맛의 상관관계

| 문항 | 수량값(제1측) | 범위값(최대값-최소값) |
|-------------|-----------|--------------|
| 패스트푸드의 이용빈도 | 거의 먹지 않는다 | 1.6277 |
| | 1주일에 1-2회 | -0.0514 |
| | 하루에 1회이상 | -0.1506 |
| | 1주일에 5-6회 | -0.7396 |
| | 1주일에 3-4회 | -1.3985 |
| 편맛 | 약간 좋아한다 | 0.1479 |
| | 그저 그렇다 | 0.0079 |
| | 싫어한다 | 0.0063 |
| | 대단히 좋아한다 | -0.0789 |
| | 아주 싫어한다 | -0.3379 |
| 매운맛 | 아주 싫어한다 | 0.0850 |
| | 싫어한다 | 0.0756 |
| | 그저 그렇다 | -0.0171 |
| | 약간 좋아한다 | -0.2517 |
| | 대단히 좋아한다 | -0.6728 |
| 신맛 | 싫어한다 | 0.3258 |
| | 대단히 좋아한다 | 0.1700 |
| | 아주 싫어한다 | 0.0764 |
| | 약간 좋아한다 | -0.1318 |
| | 그저 그렇다 | -0.2826 |
| 단맛 | 대단히 좋아한다 | 1.8935 |
| | 약간 좋아한다 | 0.2778 |
| | 그저 그렇다 | 0.1041 |
| | 싫어한다 | -0.0961 |
| | 아주 싫어한다 | -0.1796 |
| 담백한 맛 | 싫어한다 | 0.1697 |
| | 그저 그렇다 | 0.1494 |
| | 아주 싫어한다 | -0.0646 |
| | 대단히 좋아한다 | -0.8968 |
| | 약간 좋아한다 | -2.0722 |
| 기름진 맛 | 그저 그렇다 | 0.2490 |
| | 약간 좋아한다 | 0.1885 |
| | 아주 싫어한다 | 0.0513 |
| | 싫어한다 | -0.1622 |
| | 대단히 좋아한다 | -0.2468 |

으로 나타났다.

3. 영양지식의 습득 경로, 영양지식과 체위와의 관계

1) 남녀 중학생의 영양지식과 정보의 습득 경로 영양에 관한 지식이나 정보의 습득 경로는 선행

연구^{20, 21)}와 같이 남녀 모두 부모님과 학교 수업시간(71.9%)이 가장 많아, 주로 이들의 영향을 많이 받는 것으로 나타났다. 이는 6차 교육 개정안으로 인해 남녀 모두 가정 교과 시간을 통해 영양교육을 받게 된 결과로 보인다. 따라서 가정 교과를 선택하지 않은 남학교에서도 가정 교과를 선택, 올바른

영양지식을 습득케하면 바람직한 식습관 형성과 건강한 생활을 영위할 수 있고 나아가 국민보건에도 이바지 할 것으로 생각되었다.

2) 조사 대상의 영양지식과 체위와의 관계

조사 대상자의 영양지식은 문항당 1점을 주어 8문항 8점 만점으로 점수화하여 상(8~6.5점), 중(6.4~3.5점), 하(3.4~0점)로 평가하였다. 상위와 중위는 여학생(상 : 11.9%, 중 : 77.1%)이 남학생(상 : 4.2%, 중 : 72.5%)보다 많고, 하위는 남학생(23.3%)이 여학생(11.0%)보다 많아 성별 차이를 보였다.

조사 대상자의 영양지식은 <표 8>과 같이 성별 유의한 차이는 없었다. 특히 성별 차이가 없는 것은 조사 대상 학교가 가정교과를 선택한 학교이기 때문으로 생각된다. 또한 영양지식과 패스트푸드 이용빈도 및 식습관에 따라서도 유의한 차이는 없었다.

<표 8> 조사대상 남녀 중학생의 영양지식 평균점수

| 문항 | 성 별 | |
|------|-----------|-----------|
| | 남 학생 | 여 학생 |
| | M±SD | M±SD |
| 평균점수 | 4.67±2.22 | 4.82±2.03 |

p<.05

또 조사 대상자의 체위와 영양지식과의 관계는 <표 9>와 같이 영양지식은 정상체중군(5.54)이 가장 높았고, 과체중군(5.41), 비만군(4.97), 저체중군(4.75), 아주마른체형군(4.67) 순이었다.

4. 남녀 중학생의 패스트푸드 이용 실태와 기호도

1) 조사 대상자들의 패스트푸드에 관한 인식 및 이용실태

조사 대상 남녀 중학생이 패스트푸드점을 찾는 동기는 <표 10>과 같이 음식 먹기가 간편해서(71.2%)가 가장 많았고, 음식이 신속하게 준비되어 시간이 절약되므로(65.1%), 친구들과 어울릴 수 있는 장소가 되므로(61.5%), 음식의 맛이 좋아서(57.7%), 배가 고파서(44.8%), 가격이 적당해서(32.9%) 등의 순이었다.

평소 자신이 택하는 패스트푸드를 평가해 한끼 식사로 적당하다가 54.0%(남 46.4%, 여 58.7%)로 가장 많았고, 영양적도 아니며 한끼 식사로 부족이 22.4%(남 26.2%, 여 20.2%), 영양적이며 한끼 식사로 적당함이 17.0%(남 18.9%, 여 15.8%), 영양적임이 6.6%(남 8.6%, 여 5.4%)의 순으로 대체로 긍정적이었다.

패스트푸드의 다양한 배합으로 영양 균형이 가능하다는 김씨 등과 광²⁶⁾의 연구도 있으나, 몇 가지 식품 재료만으로 만들어지므로 한끼로서의 영양량과 영양균형이 충족되기에는 한계가 있는 것으로 생각된다. 그러므로 풍부하고 균형 잡힌 영양섭취가 더욱 요구되는 청소년기에 세끼의 식사도 중요하겠지만 위에 부담을 주지 않으면서도 균형된 영양 간식을 섭취할 수 있도록 가정과 학교에서의 일관성 있는 영양교육과 배려가 요구되었다.

조사 대상들이 음식을 선택할 때 중요하게 생각하는 것은 맛 84.1%(남 80.1%, 여 86.6%)로 가장 우선하고, 가격 43.4%(남 43.6%, 여 43.3%), 영양가 23.0%(남 25.9%, 여 21.2%), 먹어서 배부른 것 18.0%(남 22.0%, 여 15.5%), 동행인과 같은 것 17.3%(남 14.0%, 여 19.3%), 음식이 준비되는 시간 13.8%(남 15.7%, 여 12.6%), 보기 좋은 것 10.4%(남 9.4%, 여 11.1%), 종업원이 특별히 맛있다고 권하는 것 5.1%(남 5.5%, 여 4.9%) 순으로 초, 중등학생을 대상으로 한 윤과 한의 연구¹⁰⁾(70.7%)와 같은 경향이었다.

또한 음식을 택할 때 영양균형에 대해서 가끔 생

<표 9> 조사 대상자의 체위에 따른 영양지식의 차이

| 문항 | 비 만 | 과체중 | 정 상 | 저체중 | 아주마른체형 |
|---------|---------|-----------|-----------|---------|--------|
| 영양지식(점) | 4.97 | 5.41 | 5.54 | 4.75 | 4.67 |
| 전 체 | 32(5.9) | 259(47.4) | 234(42.9) | 12(2.2) | 9(1.6) |

p<.05

명(%)

〈표 10〉 조사대상 남녀 중학생이 패스트푸드점을 찾는 동기

| 문항 | 남학생 | 여학생 | t-value |
|--------------------|-----------|-----------|---------|
| | M±SD | M±SD | |
| 1. 먹기가 간편해서 | 2.63±0.64 | 2.65±0.60 | 0.47 |
| 2. 친구와 어울릴 장소가 되므로 | 2.36±0.77 | 2.55±0.68 | 3.26** |
| 3. 장소가 쾌적, 용기는 위생적 | 2.14±0.74 | 2.07±0.74 | -1.14 |
| 4. 시간이 절약되므로 | 2.57±0.68 | 2.55±0.64 | -0.33 |
| 5. 음식의 맛이 좋아서 | 2.59±0.62 | 2.42±0.67 | -3.15** |
| 6. 배가 고파서 | 2.32±0.76 | 2.20±0.77 | -1.98* |
| 7. 가격이 적당해서 | 2.09±0.79 | 2.07±0.76 | -0.94 |
| 8. 영양이 풍부하므로 | 1.67±0.73 | 1.42±0.56 | -4.71 |
| 9. 집에 음식이 마땅치 않아서 | 1.71±0.77 | 1.61±0.73 | -1.63 |
| 10. 건강에 도움이 되므로 | 1.47±0.68 | 1.28±0.49 | -3.89 |

* : P<.05 ** : P<.01

〈표 11〉 조사대상 남녀 중학생의 패스트푸드 이용빈도

명(%)

| 문항 | 성별 | | 전체 |
|-----------|------------|------------|------------|
| | 남학생 | 여학생 | |
| 하루에 1회 이상 | 18 (7.6) | 23 (5.9) | 41 (6.7) |
| 1주일에 1~2회 | 99 (42.0) | 191 (49.4) | 290 (46.1) |
| 1주일에 3~4회 | 46 (19.5) | 74 (19.1) | 120 (19.3) |
| 1주일에 5~6회 | 11 (4.7) | 19 (4.9) | 30 (4.8) |
| 거의 먹지 않는다 | 62 (26.3) | 80 (12.8) | 142 (21.2) |
| 전체 | 236(100.0) | 312(100.0) | 548(100.0) |

$\chi^2=11.066$ $df=4$ $p=.0026$

각한다는 윤과 한¹⁶⁾의 연구 41.2%보다 높게 나타나 58.1%(남 57.7%, 여 58.3%)로 가장 많았고, 전혀 생각 안한다 38.7%(남 37.6%, 여 39.4%), 언젠가 생각한다 3.2%(남 4.7%, 여 2.3%)순으로 영양 교육을 받는 본 조사대상이 초등 학생을 대상으로 한 선행연구¹⁷⁾의 37.4%보다 상회하므로 교육의 효과가 실천되었음을 보여주었다.

패스트푸드의 이용빈도는 〈표 11〉과 같이 1주에 1~2회가 46.1%로 가장 많았고, 거의 먹지 않는다 21.0%(남 : 26.3%, 여 : 12.8%), 1주에 3~4회 19.3%(남 : 19.5%, 여 : 19.1%), 하루에 1회 이상 6.7%(남 : 7.6%, 여 : 5.9%), 1주에 5~6회 4.8% 순으로 여학생이 남학생보다 이용빈도가 유의적으로 높아 모 등의 보고와 유사하였다.

패스트푸드점을 찾는 경우는 남녀 학생 모두 생

일 소풍 기념일 등 특별한 날(25.5%), 친구와 만날 때(23.6%), 수시로(22.1%), 배고플 때(13.9%)이며, 점심(70.4%)에 가장 많이 가고 오후(29.0%), 오전(0.6%) 순이었다. 또 동행인은 친구(68.6%)가 가장 많았고, 가족과(25.1%), 혼자서(3.7%), 친척과(2.6%) 등의 순이며, 요일에 관계없이(37.3%), 토요일(36.2%), 일요일(22.3%), 평일(4.2%) 순으로 나타나, 주말(58.5%) 이용이 많았다.

2) 남녀 중학생의 패스트푸드에 대한 기호도와 맛

예비 조사에서 청소년들이 일반적으로 선호하는 패스트푸드 22종을 〈표 12〉와 같이 기호순위를 조사한 결과 남학생은 떡볶이(82.6%)>만두>후라이드 치킨>후렌치 후라이드 포테이토>김밥 등의 순으로, 여학생은 후렌치 후라이드 포테이토(79.8%)>

떡볶이>김밥>후라이드 치킨>피자 등의 순이었다. 여학생보다 남학생이 튀긴 음식을 좋아하였으며, 남녀 모두 우리 음식보다는 서양 음식을 더 좋아하는 것으로 나타났다.

〈표 12〉 남녀 중학생의 성별에 따른 패스트푸드 종류별 이용도

| 문항 | 남학생 | 여학생 | t-value |
|---------------|-----------|-----------|----------|
| | M±SD | M±SD | |
| 떡볶이 | 3.79±0.48 | 3.78±0.47 | -0.43 |
| 빈대떡 | 3.34±0.78 | 3.14±0.80 | -3.15** |
| 떡 | 3.41±0.76 | 3.31±0.70 | -1.63 |
| жат죽 | 2.52±1.01 | 2.28±0.89 | -3.11** |
| 팔죽 | 3.26±0.87 | 2.93±0.83 | -3.26 |
| 호박죽 | 2.94±0.92 | 2.84±0.89 | -1.38 |
| 만두 | 3.77±0.52 | 3.37±0.63 | -4.20 |
| 짜장면 | 3.66±0.57 | 3.42±0.65 | -4.80 |
| 우동 | 3.62±0.65 | 3.50±0.67 | -2.13 |
| 유부초밥 | 3.24±1.01 | 3.17±0.96 | -0.81 |
| 김밥 | 3.73±0.47 | 3.76±0.49 | -0.46 |
| 후라이드치킨 | 3.77±0.50 | 3.73±0.50 | -1.14 |
| 쇠고기햄버거 | 3.66±0.66 | 3.44±0.73 | -3.84*** |
| 치즈버거 | 3.42±0.87 | 3.35±0.85 | -1.02 |
| 핫도그 | 3.53±0.70 | 3.18±0.74 | -5.69*** |
| 치킨버거 | 3.59±0.85 | 3.48±0.82 | -1.54 |
| 핫바 | 3.00±0.89 | 2.92±0.87 | -1.07 |
| 피쉬버거 | 2.91±1.14 | 2.82±1.04 | -0.93 |
| 후렌치 후라이드 포테이토 | 3.72±0.66 | 3.75±0.54 | 0.59 |
| 도넛 | 3.17±0.83 | 3.05±0.73 | -1.77 |
| 피자파이 | 3.60±0.79 | 3.62±0.69 | 0.42 |
| 스파게티 | 3.30±1.03 | 3.46±0.79 | 2.15* |

* : P<.05 ** : P<.01 *** : P<.001

또 남녀학생 모두 좋아한다고 응답한 것 중 남학생이 여학생보다 20%이상 더 좋아하는 것은 핫도그 짜장면이고, 10%이상 더 좋아하는 것은 치킨버거 피쉬버거 도넛 빈대떡 떡 맛죽 팔죽 만두 우동 등이었다. 특히 피쉬버거 스파게티 등을 먹어 본적 없는 남학생이 18.6%였다.

본 조사의 22종 패스트푸드는 남학생이 여학생보다 선호도가 대체로 높았으며, 쇠고기버거 핫도그

만두 짜장면(P<.001), 빈대떡 맛죽 팔죽(P<.01), 스파게티 우동(P<.05)등은 남학생보다 여학생의 선호도가 높아 성별 유의성을 보였다.

조사 대상자의 인구 사회학적 배경과 패스트푸드의 선호도와와의 관계 중 부의 학력이 높을수록 후렌치 후라이드 포테이토 스파게티 유부초밥 김밥(P<.001), 치즈버거(P<.01), 도넛 빈대떡(P<.05)을, 모의 학력이 높을수록 후렌치 후라이드 포테이토 스파게티 유부초밥 김밥(P<.001), 빈대떡(P<.01), 도넛 떡 우동(P<.05)을 선호하였다.

조사 대상 가족의 총수입과 음식 선호도의 상관관계는 총수입이 많을수록 스파게티(P<.001), 후라이드 치킨 피쉬버거(P<.01), 치즈버거 짜장면(P<.05)을 선호하였고, 맛죽 팔죽 호박죽(P<.001), 도넛 유부초밥(P<.01), 떡(P<.05) 순으로 편식하였다. 또 식습관이 좋은 학생일수록 빈대떡 떡 맛죽 유부초밥(P<.001), 후렌치 후라이드 포테이토 도넛 맛죽(P<.01), 피쉬버거 호박죽(P<.05) 순으로 선호하였다.

또 조사대상의 체중이 많을수록 빈대떡(P<.01)을, 패스트푸드 이용 빈도가 높을수록 치킨버거(P<.001), 쇠고기햄버거 피쉬버거(P<.01), 치즈버거 핫바(P<.05)를, 영양지식이 높을수록 핫도그 피자파이 스파게티 짜장면 유부초밥(P<.05)을 선호하였다. 패스트푸드의 맛에 대해서는 〈표 13〉과 같이 남녀학생 모두 맛있다(남 50.2%, 여 50.6%)가 가장 많고, 보통이다 짜다 싱겁다 순으로 패스트푸드는 대부분 맛있는 음식으로 인식되어 있음을 나타내었다.

그러므로 패스트푸드 제조업자는 소비자의 입맛과 판매량에만 치중하지 말고, 국민 영양과 건강 측면에서 자체의 적극적 연구 하에 제품을 개발 판매해야 하며, 국가의 국민보건 해당 부서에서는 철저한 관리감독 등의 행정이 요구되었다.

〈표 13〉 남녀 중학생이 느끼는 패스트푸드의 맛 명(%)

| 맛 | 남학생 | 여학생 | 전체 |
|------|------------|------------|------------|
| 짜다 | 16 (6.9) | 22 (5.7) | 38 (6.3) |
| 보통이다 | 97 (41.6) | 161 (41.6) | 258 (41.6) |
| 싱겁다 | 3 (1.3) | 8 (2.1) | 11 (1.7) |
| 맛있다 | 117 (50.2) | 196 (50.6) | 313 (50.4) |
| 전체 | 233(100.0) | 387(100.0) | 620(100.0) |

패스트푸드의 지방 함유량에 대한 조사대상의 생각은 <표 14>와 같이 많다고 느끼는 청소년이 많았고, 적당하다 적다 순이었다. 남학생보다 여학생이 지방 함유량을 많게 느끼고 있어 성별 유의성도 보였다.

<표 14> 남녀 중학생이 느끼는 패스트푸드의 지방 함유량

| 문항 | 성별 | | 전체 |
|------|------------|------------|------------|
| | 남학생 | 여학생 | |
| 많다 | 120 (51.3) | 281 (72.4) | 401 (63.1) |
| 적당하다 | 89 (38.0) | 93 (24.0) | 182 (30.2) |
| 적다 | 25 (10.7) | 14 (3.6) | 39 (6.7) |
| 전체 | 234(100.0) | 388(100.0) | 622(100.0) |

패스트푸드의 섭취가 정규식사에 미치는 영향에 대해 <표 15>와 같이 남녀학생 모두 식사에는 별

변화가 없음(55.0%), 외식을 더 좋아하게 됨(18.25%), 입맛이 서구화 됨(17.6%)의 순으로 나타났으며, 남학생은 입맛의 서구화(남 19.9%, 여 15.3%)가, 여학생은 외식을 더 좋아하게 됨(남 15.5%, 여 21.0%)이 많았다.

또한 패스트푸드의 섭취로 한식을 싫어하게 됨(여 2.9%)과, 한식을 더 좋아하게 됨(남 3.5%)도 흥미 있는 현상이었다. 입맛이 서구화 됨은 본 조사가 17.6%로 심파 김²⁾의 조사 57.7%보다 현저히 적었고, 오히려 식사에 별 변화가 없음(55.0%)이 많아 대조적이었다.

패스트푸드를 먹는 장소로는 <표 16>과 같이 그 업소 또는 집에 가져가서 52.4%(남 50.2%, 여 54.0%), 그 업소에서만 먹는다 남학생(28.6%)보다 여학생(36.4%)이, 영화관 공원 학교에서 와 집에 가져가 먹는다 남학생(21.2%)이 여학생 (9.6%)보다 많았다.

청소년들이 패스트푸드의 선호도가 높아짐에 따

<표 15> 패스트푸드가 조사 대상자의 식사에 미치는 영향

| 문항 | 성별 | | 전체 |
|---------------|------------|------------|------------|
| | 남학생 | 여학생 | |
| 입맛이 서구화 됨 | 45 (19.9) | 59 (15.3) | 104 (17.3) |
| 외식을 더 좋아하게 됨 | 35 (15.5) | 81 (21.0) | 116 (18.6) |
| 잔것을 더 좋아하게 됨 | 12 (5.3) | 9 (2.3) | 21 (3.6) |
| 한식을 싫어하게 됨 | 6 (2.7) | 11 (2.9) | 17 (2.8) |
| 한식을 더 좋아하게 됨 | 8 (3.5) | 6 (1.6) | 14 (2.4) |
| 식사에는 별 변화가 없음 | 120 (53.1) | 219 (56.9) | 339 (55.3) |
| 전체 | 226(100.0) | 385(100.0) | 611(100.0) |

<표 16> 조사대상 남녀 중학생의 패스트푸드를 먹는 장소

| 문항 | 성별 | | 전체 |
|-------------|------------|------------|------------|
| | 남학생 | 여학생 | |
| 그 업소에서만 | 66 (28.6) | 141 (36.4) | 207 (33.0) |
| 그 업소 또는 집에서 | 116 (50.2) | 209 (54.0) | 325 (52.4) |
| 집에 가져가서 | 23 (10.0) | 8 (2.1) | 31 (5.5) |
| 극장 공원 학교에서 | 26 (11.2) | 29 (7.5) | 55 (9.1) |
| 전체 | 231(100.0) | 387(100.0) | 618(100.0) |

$\chi^2=23.315 \quad df=3 \quad p=.003$

(표 17) 패스트푸드의 개선에 대한 조사대상 중학생의 요구사항

| 문항 | 남학생 | 여학생 | t-value |
|-----------------|-----------|-----------|----------|
| | M±SD | M±SD | |
| 가격을 낮추었으면 | 2.61±0.58 | 2.59±0.59 | -0.29 |
| 메뉴가 다양했으면 | 2.66±0.57 | 2.69±0.50 | 0.76 |
| 우리 전통 음식의 개발 | 2.50±0.67 | 2.50±0.65 | -0.05 |
| 야채, 과일을 많이 주면 | 2.55±0.64 | 2.62±0.57 | 1.58 |
| 1인분의 양을 더 많이 주면 | 2.67±0.59 | 2.44±0.66 | -4.33*** |
| 지금 정도로 만족한다 | 1.93±0.80 | 1.99±0.76 | 0.94 |
| 김치도 주었으면 | 2.10±0.75 | 1.79±0.73 | -4.96*** |
| 덜 짜게 했으면 | 2.10±0.73 | 1.92±0.76 | -2.82** |
| 덜 달게 했으면 | 2.06±0.75 | 1.94±0.75 | -1.93 |
| 너무 태우지 말았으면 | 2.23±0.75 | 2.20±0.78 | -0.52 |

** : P<.01 *** : P<.001

(표 18) 우리 전통 음식의 패스트푸드로 개발해야 하는 이유

| 이유 | 남학생 | 여학생 | t-value |
|-------------------|-----------|-----------|---------|
| | M±SD | M±SD | |
| 전통 음식의 계승 | 2.26±0.75 | 2.22±0.73 | -0.57 |
| 무분별한 서양 음식 선호 방지 | 2.21±0.74 | 2.32±0.68 | 1.76 |
| 외화 절약 | 2.22±0.77 | 2.26±0.69 | 0.58 |
| 우리 문화의 존중 | 2.39±0.74 | 2.42±0.69 | 0.36 |
| 패스트푸드의 다양화 | 2.32±0.76 | 2.44±0.67 | 2.00* |
| 우리 음식의 발전 | 2.49±0.70 | 2.43±0.69 | -1.08 |
| 우리 음식의 질적 향상 소비증가 | 2.37±0.72 | 2.33±0.68 | -0.67 |

* : P<.05

라 집의 음식과 비교하여 본 결과 집의 음식이 더 좋다(40.4%)가 가장 많았고, 양쪽이 비슷하다(30.9%), 잘 모르겠다(18.9%), 패스트푸드가 더 좋다(9.8%) 순으로 아지는 내식을 선호하였다.

오늘날 외식 빈도가 점차 증가 추세에 있으나, 가족들의 기호와 건강을 중시하는 내식의 선호도는 모²⁹⁾ 등의 조사와 같이 본 조사 결과도 외식에 비해 아지는 높아 다행한 일이라 생각되었다. 그러나 패스트푸드의 체인점과 판매고는 날로 증가 추세에 있으므로 안심하고 있을 수만은 없다고 생각되었다.

조사 대상에게 현 패스트푸드의 개선점을 문의한 결과 (표 17)과 같이 남학생은 1인분의 양을 더 많이 주었으면(73.5%), 메뉴가 다양해졌으면(70.9%), 가격을 낮추었으면(65.6%), 야채, 과일을 많이

주었으면(63.0%), 우리 전통 음식이 개발되었으면(60.0%) 순으로 나타났고, 여학생은 메뉴가 다양했으면(71.5%), 야채, 과일을 많이 주었으면(67.3%), 가격을 낮추었으면(64.7%), 우리 전통 음식이 개발되었으면(58.3%), 1인분의 양을 더 많이 주었으면(53.4%) 순으로 나타났다.

이 결과로 남학생은 음식의 양의 부족과 김치도 같이 주기를 또 덜 짜고, 덜 달기를 원하고, 여학생은 과일이나 야채를 더 원하였다. 또한 조사 대상 모두 저렴한 가격과 메뉴의 다양화, 우리 전통 음식의 패스트푸드로의 개발을 원하고 있었다. 또 과일 가열 조리도 개선점으로 지적되었다.

청소년들의 패스트푸드의 선호도가 날로 높아짐에 따라 또 신토불이 정선에 부합되며, 우리의 체질과 식성에 맞는 우리 전통 음식의 패스트푸드화

가 시급하다고 생각되어 이에 대해 조사 대상에게 문의한 결과는 보통이다(47.6%)와 바람직하다(20.3%), 잘 모르겠다(16.4%)와 부정적이다(15.7%) 순으로 긍정적인 반응이 더 많았고 통계적 유의성도 보였다.

그러므로 우리 전통 음식을 패스트푸드로 개발해야 하는 이유로 <표 18>과 같이 열거하고 그렇다 3점, 보통이다 2점, 그렇지 않다 1점으로 점수화하여 그들의 의견을 조사하였다.

그 결과 남학생은 우리 음식의 발전(61.1%), 우리 문화의 존중(54.7%), 우리 음식의 질적 향상과 소비 증가(51.7%), 패스트푸드의 다양화(49.8%), 전통 음식의 계승(44.1%), 외화 절약(42.9%), 무분별한 서양 음식 선호 방지(40.0%) 등의 순으로, 여학생은 패스트푸드의 다양화(54.2%), 우리 음식의 발전(54.2%), 우리 문화의 존중(53.3%), 우리 음식의 질적 향상 및 소비의 증가(45.5%), 무분별한 서양 음식 선호 방지(44.2%), 외화 절약(39.9%), 전통 음식의 계승(39.8%) 순으로 나타나 대단히 고무적이었다. 특히 패스트푸드의 다양화에는 남녀 학생 모두 동의하였고 통계적 유의성도 보였다.

IV. 요약 및 결론

1. 조사 대상자의 일반적인 특성

본 조사 대상은 서울의 강남과 강북에 있는 남녀 중학생으로 연령 분포는 13세~14세(80.4%)가 가장 많았고, 12세(13.0%), 15세(6.6%) 순이었다.

남학생의 평균 체위는 한국인 표준 체위 159cm, 50kg보다 적은 158.1cm, 48.8kg이고 여학생은 표준 체위 155cm, 48kg보다 큰 162.4cm, 51.5kg으로 남학생보다 여학생의 체위가 컸다.

조사 대상의 Röher지수에 의한 체위 분포는 초과체중(53.3%), 정상체중(42.9%), 저체중(3.8%)순으로 정상군보다 비정상군이 많았고, 특히 남학생보다 여학생이 초과체중이 많았다.

조사 대상의 주거 형태는 아파트에 44.0%, 연립주택에 33.5% 거주하였다.

부모의 교육 정도는 부는 대졸 이상(68.3%)이, 모는 고졸(46.8%)이 많았고, 취업모는 27.7%였다.

2. 식습관과 영양지식 및 맛의 기호도

조사 대상의 식습관은 대체로 좋았고, 남학생보다는 여학생이 좋았으나 유의성은 없었다. 부모의 학력이 높고 총수입이 많을수록 식습관이 좋았고, 편식과 어머니의 취업 여부, 식습관과 체위와는 상관성이 없었다.

조사 대상 중 59.8%가 편식을 하고, 식생활의 문제는 식사시간의 불규칙성과 간식을 많이 하는 것으로 강남학생이 강북보다 많았다.

아침 식사를 거르는 학생이 52.7%이며, 등교시간에 늦어서, 식욕이 없어서, 아침을 안 먹는 집안의 식습관 때문이고 가장 중시하는 끼니는 저녁이며, 대부분의 조사 대상이 하루에 1~2번 간식을 하고 본인이 직접 사 먹는 경우가 많으나, 간식을 많이 먹어서 식사를 거르는 적은 없었다.

대용식으로는 컵라면>빵과 우유>햄버거·핫도그>떡볶이>감자·고구마 순이며 간편해서·점심에 많이 이용하였다.

조사 대상 모두 담백한 맛을 선호하였고, 식습관이 좋을수록 담백한 맛과 기름을 사용한 맛을, 영양 지식이 좋을수록 단맛을, 비만 학생은 짠맛과 신맛을 선호하였다. 패스트푸드의 이용빈도와 음식 맛의 선호관계는 담백한 맛>단맛>매운맛>신맛>기름진 맛>짠맛 순으로 이용빈도가 높았다.

3. 패스트푸드의 기호도와 식습관 및 영양 지식과의 관계

영양에 관한 지식과 정보는 부모님과 학교에서 대부분 얻었으며, 조사 대상의 영양 지식의 정도는 '중'이었다. 영양 지식은 정상체중군이 가장 높았고, 초과체중군보다 마른체중군이 낮게 나타났다.

본 조사 대상의 패스트푸드 이용 빈도와 편식, 체위(비만)와의 유의성은 없었다. 패스트푸드의 기호는 남학생은 떡볶이>만두>후라이드 치킨>후렌치 후라이드 포테이토>김밥 순이며, 여학생은 후렌치 후라이드 포테이토>떡볶이>김밥>후라이드 치킨 순이었다.

남녀학생 모두 싫어하는 것은 잣죽>호박죽 순이며, 잣죽을 먹어 본 적이 없다는 학생이 많았다.

청소년들이 선호하는 본 조사의 22종 패스트푸드는 대체로 남학생이 여학생보다 기호도가 높고, 특히 쇠고기햄버거 핫도그를 남학생이 선호하였다.

조사 대상 부모의 학력이 높을수록 후라이드 포테이토>스파게티>유부초밥>김밥을 선호하였다.

가족의 총수입이 많을수록 서양 패스트푸드인 스파게티 후라이드치킨 피쉬버거 치즈버거를, 한식 패스트푸드는 찹쌀 팔죽 호박죽을 선호하였다.

식습관이 좋을수록 빈대떡 떡 팔죽 유부초밥을, 체중이 많을수록 빈대떡을 선호하였고, 패스트푸드 이용빈도가 높을수록 치킨버거 쇠고기햄버거 피쉬버거를, 영양지식이 높을수록 핫도그 피자파이스파게티를 선호하였고 유의성도 있었다.

4. 패스트푸드의 이용실태와 우리 전통 음식의 패스트푸드화에 대한 의견

조사 대상자들이 패스트푸드를 찾는 동기는 한끼 식사로 적당하고 먹기가 간편해서이며, 맛을 가장 우선하여 선택하고 영양 균형은 가끔 생각하였다.

이용 빈도는 1~2회/주가 가장 많았고, 남녀 학생 모두 생일 소풍 기념일 같은 특별한 날에 요일과 상관없이 친구들과 더불어 패스트푸드점을 많이 이용하였다. 조사 대상 대부분이 패스트푸드는 맛은 있으나 지방 함량을 달게 느꼈다.

이로 인해 정규 식사에는 별 영향을 주지 않으며, 매식보다는 집의 음식을 더 선호하였다.

패스트푸드의 현 가격은 44.1%만이 적당하다고 응답하였고, 개선점으로는 남학생은 1인분의 양이 더 많기를, 여학생은 메뉴가 다양하길 희망하였다.

우리 전통 음식의 패스트푸드화에 대하여 우리 음식의 발전을 위해 바람직하다는 의견이 가장 많고, 우리 문화의 존중, 패스트푸드의 다양화 등 매우 긍정적이었다.

이상의 결과에서 남녀 학생 모두에게 패스트푸드를 비롯한 외식이나 간식을 택할 때 영양적인 음식을 지혜롭게 선별할 수 있는 영양 교육이 학교와 가정에서 이루어져야 하며, 패스트푸드 업체는 소비자의 미각과 판매량에만 급급치 말고, 국민의 건강을 중시하여 적극적인 연구로 좋은 음식의 제조 판매를 촉구한다.

또한 외국 음식에만 의존치 말고 우리 실정과 구미에 맞는 전통 음식을 패스트푸드로 개발하면 관단력이 부족한 우리 청소년들의 무분별한 서양음식 소비를 피할 수 있으며, 전통적 우리 식문화의 계승과 보존을 꾀할 수 있고 아울러 외화 절약 등 국가의 경제 부흥에도 일조할 것이다.

참 고 문 헌

1. 류은순, 광동경, 국내 패스트푸드점에 대한 소비자의 의견 조사, (제1보) 한국 식문화 학회지, 4(3) : 229-236, 1989.
2. 양성희, 서울 지역 남·여 중학생의 식습관과 인스턴트 식품의 섭취 실태에 관한 연구, 숙명여자대학교 교육대학원 석사 학위논문, 1990.
3. 서기태, 가공식품과 영양(I), 식품과 영양, 5(3) : 14-16, 1984.
4. 김초영, 패스트푸드의 이용 실태 조사 및 영양적 균형 평가를 위한 연구, 연세대학교 대학원 석사 학위논문, 1989.
5. 김천호, 특수 영양학, 수학사, 1996.
6. 모수미, 김창임, 이심열, 윤은영, 이경신, 최경숙, 패스트푸드의 외식 행동에 관한 실태조사, 한국 식문화 학회지, 1(3) : 297-309, 1986.
7. 김운신, 한용봉, 남녀 중학생의 전통 음식에 관한 의식과 기호도 조사 연구, 한국 가정교육 학회지, 6(2) : 73-83, 1994.
8. 류은순, 광동경, 국내 패스트푸드점에 대한 소비자 의견 조사, (제2보) 한국 식문화 학회지, 4(3) : 237-243, 1989.
9. 한국 식품공업 협회, 외식 산업의 현황 분석과 개선 방안에 관한 연구, 1988, 12
10. 모수미, 한국 외식 문화의 발달 과정, 한국 식문화 학회지, 9(2) : 185-187, 1994.
11. 최은진, 패스트푸드 체인점의 이용실태 및 패스트푸드에 대한 만족도 조사, 영남대학교 대학원 석사 학위논문, 1992.
12. 심경희, 한국 청소년의 패스트푸드에 대한 의식 구조 및 영양 섭취 상태에 관한 조사, 충남대학교 대학원 석사학위논문, 1991.
13. 윤혼경, 한용봉, 우리 나라 국민학생의 체위 상태와 식생활 양상에 관한 연구, 한국 가정교육 학회지, 7(1) : 133-148, 1995.
14. 이영재, 중학교 여학생의 식습관 실태와 영양교육에 관한 조사 연구, 고려대학교 교육 대학원 석사 학위논문, 1991.
15. 조혜숙, 남녀 중학생의 식습관 및 기호도에 관한 조사 연구, 고려대학교 교육대학원 석사논문, 1993.

16. 이기열, 식이요법(개정판), 수확사, 1996.
17. 신재 충실 지수표, 서울대학교 사범대학 체육연구소 4, 삼우 문화사, 1983.
18. 윤훈경, 한용봉, 서울 지역 남녀 중학생의 식생활 양상과 체위와의 관계, 고려대학교 교육논총, 제25집, 159-181, 1995.
19. 한국 영양학회편, 한국인 영양건강량 제 6개정, 1995.
20. 한용봉, 박선희, TV식품 광고와 남녀 중학생의 식행동과의 관계, 고려대학교 사범대학 사대논집, 제20집, 73-103, 1995.
21. 한용봉, 조혜숙, 남녀 중학생의 영양지식과 식품의 기호도에 관한 조사 연구, 고려대학교 사대논집, 제18집, 83-99, 1993.
22. 이성은, 서울 시내 남녀 중학생의 섭식 태도에 관한 연구, 연세대학교 교육대학원 석사학위 논문, 1985.
23. 한용봉, 안효순, 남녀 고등학생의 식습관 및 간식 섭취 실태 조사 연구, 고려대학교 교육대학원 교육논총, 제22집, 55-66, 1992.
24. 이일하, 한국인의 식생활 양상의 변화가 건강 및 질병 상태에 미친 영향, 한국 식문화학회지, 8(4) : 359-372, 1993.
25. 김초영, 남순란, 곽동경, 패스트푸드의 이용 실태 조사 및 영양면도 평가에 관한 연구-서울 남녀 중·고등학생을 중심으로-, 한국 식문화학회지 5(3) : 361-369, 1990.
26. 곽동경, Fast foods의 영양에 관한 소비자 및 업체의 의식 구조와 영양적 균형에 관한 연구, 한국 음식 문화 연구 논문집 3, 237-242, 1992.
27. 한용봉, 조혜숙, 남녀 중학생의 식습관과 식품의 기호도에 관한 조사연구, 고려대학교 사범대학 사대논집, 제19집, 69-87, 1994.
28. 심경희, 김성애, 도시 청소년들의 패스트푸드 이용실태 및 의식 구조, 한국 영양학회지, 26(6) : 804-811, 1993.
29. 모수미, 전미정, 백수경, 이수경, 패스트푸드의 외식 행동에 관한 2차 실태 조사-여의도 지역을 중심으로-, 한국 식문화 학회지, 4(1) : 83-94, 1989.