

서울지역 주민의 연령·성별에 따른 식사행동 및 식품인식도 비교

박주원·안숙자
중앙대학교 가정교육학과

Dietary behaviors and food perception of Koreans living in Seoul by age and gender

Park, Joo Won, Ahn, Sook Ja
Dept. of Home Economics Education, Chung-Ang University

Abstract

Korean food habits, dietary behaviors and perception of food were compared according to gender and age. The subjects were composed of 274 males and 315 females. According to age, the age group of 10s was 26.3%, 20s 24.6%, 30s 16.8%, 40s 18.7%, and 50s and over 13.6%, respectively. The majority (65.2%) of all age groups except the 20s took meals 3 times a day and the ratio 20s eating twice a day was higher than other age groups. All age groups took cooked rice(bap) two or three times a day and the 20s group took smaller amount than other age groups did. The younger age groups of 10s and 20s took larger amount of processed food. The older age groups appeared to have higher frequency of eating fish, bean, vegetable, Kimchi, laver·brown seaweed, soybean oil, sesame oil, coffee, tea, and rice cake(ddhuk). The younger groups have the higher frequency of eating ramyeon, corn flake, milk, milk-processed food, butter·margarine, ham·sausage, carbonated drink, candy·chocolate, hamburger, and pizza. All age groups perceived cooked rice(bap), meat, fish, egg, vegetable, fruit, and Kimchi to be the delicious, excellent and healthy food. According to the above results, age groups of 30s and over had relatively better food habits compared with those of younger groups. On the other hand, the groups of 10s and 20s had meals irregularly, showed a high ratio of skipping meals, and took processed food much. These results raised a concern of their nutritional imbalance in the future. Therefore, the correct nutritional education must be conducted to make these age groups have a healthy food habits.

Key word: Dietary behaviors, food perception, food habits, age, food intake frequency

1. 서 론

우리 나라는 근래 들어 급속한 경제성장과 가족 구조의 변화, 야간활동인구증가, 편리성 추구 경향, 그리고 여성의 사회진출증가 등의 사회, 환경적 요인들의 변화로 인해 식생활의 구조가 많이 변화하였다. 우선 국민소득의 증가와 생활양식의 현대화로 식품소비패턴이 변화하고 있다. 즉, 곡류의 소비량은 많이 감소하고 육류, 우유, 유지류의 소비량은 급격하게 증가하고 있고 음료와 같은 기호식품의

소비량도 꾸준한 증가추세를 보이고 있다^{1,2)}.

Instant food, Fast food, Convenience food란 용어로 정의되는 가공식품은 간편성, 편리성으로 바뀐 현대인, 특히 젊은이들에게 호응을 받고 있으며, 소비도 계속 증가하고 있다. 가공식품 공급량의 증가율을 보면, 1980년에 비해 1995년의 공급량 증가율은 육류가공품이 316%, 우유는 201%, 유제품은 144%, 유지가공품은 23%, 빵·면류는 77%, 파자류는 62%, 음료수는 74%였으며, 가공식품 소비지출비율은 75년에는 20.1%, 85년에는 26.6%, 97년에는 38.5%로 계속하여 증가되고 있다^{3,4)}.

식습관은 쉽사리 바뀌어지지 않으며 일생을 걸쳐 건강에 영향을 끼치게 된다. 청소년기는 신체적, 생리적 변화로 활동량이 증가되고 급격한 성숙이 이루어지는 중요한 시기로서 개인의 일생을 통해 불

Corresponding author: Sook-Ja Ahn, Chung-Ang University, 221 Huksuk-dong, Dongjak-ku, SEOUL 156-756, KOREA
Tel: 02-820-5380
Fax: 02-812-5311
E-mail: asj5380@hanmail.net

때도 식습관, 식사행동의 중요성이 강조되는 시기이다. 그러나 우리 나라의 청소년들은 과중한 학업량, 입시에 대한 불안감, 사춘기의 심리적인 불안정 등의 이유와 조기 등교로 인한 아침 결식, 식사시간의 불규칙성, 간식 및 외식빈도의 증가 등으로 올바른 식습관을 유지하거나 합리적인 식사행동을 하기 어려운 실정이다. 20대의 대학생층은 인생주기에서 성인기로 전환하는 과도기의 연령으로 이들의 식사행동은 과거세대의 식생활 양식을 반영할 뿐만 아니라 다음 단계인 성인기에 습관화 될 식생활 태도를 가장 잘 나타내는 시기라 하겠다. 그러나 대학생은 갑자기 자유로워진 생활로 불규칙한 식사를 하며 또한 외모에 대한 관심과 함께 지나친 체중조절 등 옳지 못한 영양지식으로 부적당한 식사를 하고 있다고 보고되어있다. 한 번 형성된 식습관은 중년, 노년으로 이어지며 노년기에는 식욕감퇴, 소화기능의 저하, 심리적인 위축상태 등 식생활을 전반적으로 불량하게 하므로 각종 질병도 두드러지게 된다^{5,6}.

지금까지 식사행동에 대한 연구는, 특정 연령층을 대상으로 하여 조사 연구한 것은 많았지만, 모든 연령층을 대상으로 식사행동을 비교 조사한 연구는 미약하였다.

따라서 본 연구에서는 식습관, 식품의 섭취빈도, 식품의 섭취빈도와 일반사항 변인들과의 상관관계, 식품을 선택할 때 중요한 선택요인이 되는 식품에 대한 인식도를 성별·연령별로 비교·조사하여 한국인의 식생활 지침을 위한 기초자료로 제시하고자 한다.

II. 연구방법

1. 조사대상 및 기간

본 조사는 서울지역의 중·고등학생과 대학생, 학부모들을 대상으로 2000년 6월 7일부터 6월 30일까지 실시하였다. 강북구에 위치하고 있는 C중학교 중학생들과 학부모, 강서구에 위치하고 있는 H고등학교의 고등학생들과 학부모, 동작구에 위치하고 있는 C대학교 대학생들과 학부모를 대상으로 하여 설문조사를 실시하였다. 설문지는 총 780부를 배부하여 650부가 회수(회수율:83%)되었으며 통계처리에 부적당한 자료를 제외한 589부를 분석대상으로 사용하였다.

2. 조사내용 및 방법

조사내용은 조사대상자들의 일반사항, 식습관, 식

품의 섭취빈도, 식품섭취빈도와 일반사항 변인과의 상관관계, 식품에 대한 인식도를 알아보는 것으로 구성하였다. 조사 대상자들의 일반사항에 대해서는 성별, 연령, 직업, 가족형태, 교육수준 등을 조사하였다. 식습관은 하루 평균 식사횟수, 식사를 하지 않는 때, 식사를 거르는 이유, 음식 간의 정도, 선호하는 맛, 편식정도, 한식형태의 식사횟수 등에 대해 조사하였다. 식품의 섭취빈도는 일상적으로 많이 접하고 있는 식품 및 음식 32종류를 제시하여 한달 동안 먹은 횟수를 회상하여 기록하도록 하였다. 식품의 섭취빈도는 점수화하여 거의 먹지 않았을 때를 1점, 한 달에 1회 정도 먹었을 때를 2점, 한 달에 2-3회 정도 먹었을 때를 3점, 1주일에 1회 정도 먹었을 때를 4점, 1주일에 2-3회 먹었을 때를 5점, 하루에 1회 정도 먹었을 때를 6점, 하루에 2-3회 먹었을 때를 7점으로 하였다. 식품에 대한 인식도는 일반적으로 많이 접하는 식품 12가지에 대하여 맛, 식품으로서의 가치, 기호도, 체형에 미치는 영향, 건강에 미치는 영향에 대하여 리커트 5점 척도를 사용하여 조사하였다.

3. 자료의 분석방법

조사자료의 통계처리는 SPSS 8.0 for windows를 사용하였다. 조사 대상자들의 일반사항은 응답빈도와 백분율을 구하였다. 식습관에 대해서는 연령별·성별로 조사항목에 대해 응답빈도와 백분율을 구한 다음, Chi-square test로 유의성을 검증하였다. 식품 섭취빈도와 식품인식도는 연령별·성별로 평균과 표준편차를 구하였다. 각 문항의 연령별 차이는 one-way ANOVA test로 분석한 후, Duncan's multiple range test로 검증하였으며, 각 문항의 남·녀별 차이에 대한 유의성 검증은 student t-test로 비교하였다. 식품 섭취빈도와 조사대상자들의 일반사항 변인과의 상관관계는 Pearson's correlation으로 처리하였다.

III. 연구결과 및 고찰

1. 조사대상자의 일반사항

조사대상자의 일반사항은 Table 1과 같이 남자 274명(46.5%), 여자 315명(53.5%)이었으며, 연령별 비율을 보면 10-19세 155명(26.3%), 20-29세 145명(24.6%), 30-39세 99명(16.8%), 40-49세 110명(18.7%), 50대 이상은 80명(13.6%)이었다. 조사대상자들이 인식하는 경제수준은 과반수(52.8%)정도가 중류

Table 1. General characteristics of the subjects. (N=589)

General characteristics				General characteristics			
		n	%			n	%
Sex	Males	274	46.5	Type of residence	Own house	534	90.7
	Females	315	53.5		Home stay	1	0.2
Age	10-19	155	26.3		Cooking for oneself	40	6.8
	20-29	145	24.6		Relative's house	6	1.0
	30-39	99	16.8		Boarding with a person	8	1.4
	40-49	110	18.7	Number of family	1	22	3.7
	≥50	80	13.6		2	41	7.0
Economic status	Lower	37	6.3		3-4	399	67.7
	Middle · lower	141	23.9		5-6	113	19.2
	Middle	311	52.8	≥7	14	2.4	
	Middle · upper	75	12.7	Family size	Small family	537	91.1
	Upper	25	4.2		Large family	52	8.8
Occupation	Middle · high school student	156	26.5	Educational level	Elementary school	11	1.9
	College student · graduate	144	24.4		Middle school	18	3.1
	Student	77	13.1		Middle · high school	157	26.7
	House wife	16	2.7		Student	77	13.1
	Blue collar	22	3.7		High school	77	13.1
	Service	15	2.5		Above bachelor	326	55.3
	Sales	57	9.7				
	Office worker	17	2.9				
	Administrative	85	14.4				
	Professional						

였고 중·하류 23.9%, 중·상류 12.7%이었다. 직업은 중·고등학생 26.5%, 대학생 또는 대학원생 24.4%, 전문직 14.4%, 전업주부 13.1%, 사무직 9.7%이었다. 거주형태는 대부분(90.7%)이 자택거주였다. 가족수는 3-4인이 67.7%, 5-6인이 19.2%였다. 가족형태는 대부분(91.1%)이 핵가족이었다. 교육수준은 대학교 재학·졸업이상인 55.3%, 고등학교 졸업 13.1%, 중학교 졸업 3.1%, 중·고등학생이 26.7%였다.

2. 식습관

조사대상자들의 연령별·성별에 따른 식습관은 Table 2와 같다. ‘하루 평균 식사 횟수’에 대해 ‘하루 3회’라고 응답한 사람은 20대를 제외한 연령대에서는 과반수 이상(63.2%~83.6%)이었으며, 특히 40대가 ‘하루 3회’라고 응답한 비율(83.6%)이 가장 높았다. ‘하루 2회’먹는다고 응답한 비율은 20대가 (44.8%) 가장 높았다(p <.001). 남녀별로 보면 하루 3회 식사하는 비율은 남자가 여자보다 높았으며 하루 2회 식사하는 비율은 여자가 남자보다 높았다(p <.05).

‘식사를 거르는 때’를 보면 전체적으로 아침을 거르는 비율(75.2%)이 가장 높았으며, 그 다음이 저녁(14.9%), 점심(9.8%)순이었다. 연령별로는 유의한 차

이가 없었으며, 남·녀별로 보면, 남·녀 모두 아침을 거르는 비율(남자 79.9%, 여자 71.1%)이 높게 나타났다. 저녁은 여자(20.3%)가 남자(8.8%)보다 거르는 비율이 더 높았다(p <.001). 1974년 서울지역 남녀 중고등학생들을 대상으로 조사한 조⁸⁾의 연구에 의하면 아침결식비율이 24.7%였으며, 1985년 도시 중고등학생들을 대상으로 조사한 이⁹⁾의 연구에서는 아침결식비율이 47.7%, 1999년 춘천시내 남녀 고등학생들을 대상으로 조사한 성¹⁰⁾의 연구에서는 아침결식비율이 69.4%로 본 조사의 10대의 아침결식비율 69.7%와 비슷하다. 아침결식비율은 70년대, 80년대 보다 최근 들어 더욱 증가되는 추세이다. 하루를 능률적이고 건강하게 보낼 수 있는 원동력은 아침식사를 함으로서 얻을 수 있으며, 아침결식은 학업에 대한 집중력에도 큰 영향을 미친다. 아침을 먹지 않으면 점심 전에 공복감이 오기 때문에 과자류 등의 간식을 먹거나 점심을 과식하게 되어 비만을 유발하는 원인도 될 수 있으므로, 학교나 가정에서는 영양교육으로 바른 식사지도를 해야겠다. ‘식사를 거르는 이유’에 대해서는 전체적으로는 시간이 없어서(46.2%), 식욕이 없어서(18.8%), 귀찮아서(16.3%), 체중을 줄이기 위해서(10.4%)순이었다. 연령별로 검토하면 ‘시간이 없어서’ 식사를 거르는 비율은 20대(53.8%)와 10대(52.3%)가 다른 연령대보다

Table 2. Food habits by gender and age

		10-19	20-29	30-39	40-49	≥50	Total	Males	Females
Frequency of meal per a day	1 meal	2(1.3)	5(3.4)	0(0)	0(0)	0(0)	7(1.2)	1(0.4)	6(1.9)
	2 meals	30(19.4)	65(44.8)	31(31.3)	15(13.6)	23(28.8)	164(27.8)	65(23.7)	99(31.4)
	3 meals	98(63.2)	71(49.0)	68(68.7)	92(83.6)	55(68.8)	384(65.2)	187(68.2)	197(62.5)
	4 meals	25(16.1)	4(2.8)	0(0)	3(2.7)	2(2.5)	34(5.8)	21(7.7)	13(4.1)
		$\chi^2 = 89.214^{***}$					$\chi^2 = 9.957^*$		
Skipping meal	Breakfast	108(69.7)	106(73.1)	85(85.9)	79(71.8)	65(81.3)	443(75.2)	219(79.9)	224(71.1)
	Lunch	18(11.6)	17(11.7)	5(5.1)	15(13.6)	3(3.8)	58(9.8)	31(11.3)	27(8.6)
	Dinner	29(18.7)	22(15.2)	9(9.1)	16(14.5)	12(15.0)	88(14.9)	24(8.8)	64(20.3)
		$\chi^2 = 14.470$					$\chi^2 = 15.736^{***}$		
Reason for skipping meal	Low appetite	28(18.1)	15(10.3)	21(21.2)	30(27.3)	17(21.3)	111(18.8)	48(17.5)	63(20.0)
	No time to eat	81(52.3)	78(53.8)	42(42.4)	36(32.7)	35(43.8)	272(46.2)	126(46.0)	146(46.3)
	Bothering	30(19.4)	38(26.2)	13(13.1)	9(8.2)	6(7.5)	96(16.3)	51(18.6)	45(14.3)
	To lose weight	4(2.6)	7(4.8)	15(15.2)	17(15.5)	18(22.5)	61(10.4)	21(7.7)	40(12.7)
	Bad condition of health	5(3.2)	4(2.8)	8(8.1)	11(10.0)	3(3.8)	31(5.3)	15(5.5)	16(5.1)
	Unsatisfied with side dish	2(1.3)	1(0.7)	0(0)	1(0.9)	1(1.3)	5(0.8)	4(1.5)	1(0.3)
	Have not skipped a meal	5(3.2)	2(1.4)	0(0)	6(5.5)	0(0)	13(2.2)	9(3.3)	4(1.3)
		$\chi^2 = 87.489^{***}$					$\chi^2 = 10.744$		
Saltiness of food	Dislike	8(5.2)	20(13.8)	18(18.2)	13(11.8)	26(32.5)	85(14.4)	38(13.9)	47(14.9)
	So and so	99(63.9)	86(59.3)	64(64.6)	86(78.2)	40(50.0)	375(63.7)	169(61.7)	206(65.4)
	Very salty	48(31.0)	39(26.9)	17(17.2)	11(10.0)	14(17.5)	129(21.9)	67(24.5)	62(19.7)
		$\chi^2 = 51.592^{***}$					$\chi^2 = 1.953$		
Preference for taste	Sweet	61(39.4)	38(26.2)	30(30.3)	34(30.9)	7(8.8)	170(28.9)	75(27.4)	95(30.2)
	Salty	25(16.1)	17(11.7)	10(10.1)	9(8.2)	7(8.8)	68(11.5)	35(12.8)	33(10.5)
	Hot spicy	64(41.3)	77(53.1)	52(52.5)	57(51.8)	56(70.0)	306(52.0)	141(51.5)	165(52.4)
	Sour	5(3.2)	13(9.0)	7(7.1)	10(9.1)	10(12.5)	45(7.6)	23(8.4)	22(7.0)
		$\chi^2 = 37.888^{***}$					$\chi^2 = 1.469$		
Unbalanced diet	Don't eat unbalanced diet	50(32.3)	64(44.1)	57(57.6)	75(68.2)	47(58.8)	293(49.7)	138(50.4)	155(49.2)
	So and so	84(54.2)	56(38.6)	34(34.3)	28(25.5)	27(33.8)	229(38.9)	113(41.2)	116(36.8)
	Eat unbalanced diet	21(13.5)	25(17.2)	8(8.1)	7(6.4)	6(7.5)	67(11.4)	23(8.4)	44(14.0)
		$\chi^2 = 45.461^{***}$					$\chi^2 = 4.777$		
Duration of one meal	10 min	50(32.3)	44(30.3)	20(20.2)	42(38.2)	9(11.3)	165(28.0)	85(31.0)	80(25.4)
	20 min	82(54.9)	69(47.6)	55(55.6)	57(51.8)	43(53.8)	306(52.0)	141(51.5)	165(52.4)
	30 min	20(12.9)	29(20.0)	20(20.2)	10(9.1)	23(28.8)	102(17.3)	41(15.0)	61(19.4)
	≥40 min	3(1.9)	3(2.1)	4(4.0)	1(0.9)	5(6.3)	16(2.7)	7(2.6)	9(2.9)
		$\chi^2 = 35.746^{***}$					$\chi^2 = 3.368$		
Frequency of Korean style meal	3 times a day	69(44.5)	19(13.1)	31(31.3)	63(57.3)	32(40.0)	214(36.3)	115(42.0)	99(31.4)
	Twice a day	59(38.1)	67(46.2)	55(55.6)	37(33.6)	44(55.0)	262(44.5)	124(46.3)	138(43.8)
	Once a day	25(16.1)	54(37.2)	12(12.1)	7(6.4)	4(5.0)	102(17.3)	30(10.9)	72(22.9)
	None	2(1.3)	5(3.4)	1(1.0)	3(2.7)	0(0)	11(1.9)	5(1.8)	6(1.9)
		$\chi^2 = 101.883^{***}$					$\chi^2 = 16.556^{**}$		
Preferred meal for breakfast	Cooked rice(bap)	88(56.8)	93(64.1)	59(59.6)	78(70.9)	53(66.3)	371(63.0)	176(64.2)	195(61.9)
	Rice-gruel	5(3.2)	1(0.7)	3(3.0)	3(2.7)	0(0)	12(2.0)	8(2.9)	4(1.3)
	Bread	27(17.4)	17(11.7)	22(22.2)	10(9.1)	9(11.3)	85(14.4)	29(10.6)	56(17.8)
	Rice cake(ddhuk)	2(1.3)	2(1.4)	0(0)	0(0)	2(2.5)	6(1.0)	3(1.1)	3(1.0)
	A drink of roast-grain powder	15(9.7)	8(5.5)	2(2.0)	9(8.2)	2(2.5)	36(6.1)	20(7.3)	16(5.1)
	None	18(11.6)	24(16.6)	13(13.1)	10(9.1)	14(17.5)	79(13.4)	38(13.9)	41(13.0)
		$\chi^2 = 32.341^*$					$\chi^2 = 8.629$		

* p < .05 ** p < .01 *** p < .001

높았다. '식욕이 없어서' 식사를 거르는 비율은 40대 이상에서(21.3%~27.3%) 높았다(p < .01). 1984년~1999년까지의 중고등학생과 대학생들을 대상으로 조사한 연구들^{9,12,14)}에 의하면 '시간이 없어서' 식사를 거른다는 비율이 50%이상(51.0%~62.2%)이었으

며, 그 다음은 '식욕이 없어서'여서 본 조사의 결과와 같았다.

'음식의 간'에 대해서 모든 연령대가 '보통으로 먹는다'고 답한 비율이(50.0%~78.2%) 가장 높았으며, 짜게 먹는 비율은 10대와 20대에서(26.9%~

31.0%) 높았으며, 싱겁게 먹는 비율은 50대 이상이 32.5%로 가장 높았다($p < .001$). '선호하는 맛'에 대해서는 전체적으로 매운맛을 선호하는 비율이 (52.0%) 가장 높았으며 그 다음은 단맛(28.9%), 짠맛(11.5%), 신맛(7.6%)순이었다. 연령대별로 보면 매운맛은 50대 이상이 선호하는 비율(70.0%)이 가장 높았고, 10대(41.3%)가 가장 낮았다($p < .001$). 단맛을 선호하는 비율은 10대(39.4%)가 가장 높았으며 50대 이상(8.8%)이 가장 낮았는데, 50대 이상은 당뇨병 등의 성인병 예방 등과 관련 있는 것으로 사료된다. 1974년 서울지역 남녀 중고등학생들을 대상으로 조사한 조⁸⁾의 연구에 의하면 '매운맛'을 선호하는 비율이 49.5%, '단맛'을 선호하는 비율이 27.5%, '짠맛'을 선호하는 비율은 7.5%였다. 1999년 서울·경기지역 남녀 중학생을 대상으로 조사한 조¹²⁾의 연구에서는 매운맛(41.53%)을 가장 선호했고, 그 다음은 단맛(35.12%), 짠맛(14.80%)순으로 본 조사의 10대와 같았다. 10대들의 미각의 변화를 70년대와 비교해보면, '매운맛'은 변함없이 가장 좋아하는 맛으로 나타났다지만, '짠맛'은 70년대보다 선호하는 비율이 훨씬 높았다. 최근 10대-20대들은 패스트푸드 및 글루탐산 나트륨 등의 화학 조미료 등을 많이 섭취하여 짠맛에 익숙해진 것으로 해석된다. 1988년 한국 중년 남성들을 대상으로 조사한 이¹³⁾의 연구에 의하면 '매운맛'을 선호하는 비율이 42.68%, '단맛'을 선호하는 비율이 25.61%로 본 조사의 40대가 '매운맛', '단맛'을 선호하는 것과 같은 결과를 보였다.

'편식을 하는 정도'에 대해, '아무 음식이나 잘 먹는다'고 답한 비율이 30대 이상(57.6%~68.2%)이 20대 이하(32.3%~44.1%)보다 더 높았다. 약간 편식을 하는 비율은 10대(54.2%)가 가장 높았으며 그 다음은 20대(38.6%)였고, '음식을 가려먹는다'는 비율도 20대 이하(13.5%~17.2%)가 다른 연령대에 비하여 높았다($p < .001$).

'한끼 식사하는데 걸리는 시간'에 대해 모든 연령대가 20분이라고 응답한 비율(47.6%~55.6%)이 가장 높았으며, 10분이라고 응답한 비율은 40대(38.2%)가 다른 연령대에 비해서 높았으며 50대 이상(11.3%)이 가장 낮았다($p < .001$). 1984년 남녀 중고등학생을 대상으로 조사한 홍¹¹⁾의 연구에서 보면 한끼 식사하는데 20분이 걸린다는 비율이 40.0%로 가장 높아서 본 조사의 10대와 비슷하였다.

'한식 형태의 하루 식사 횟수'에 대해 연령별로 보면, '하루 한식을 세끼 먹는다'는 비율은 40대가 57.3%로 가장 높았으며, 20대가 13.1%로 가장 낮았

다. '하루에 한끼 먹는다'는 비율은 20대(37.2%)가 가장 높아서 20대가 한식형태의 식사를 가장 적게 하였다($p < .001$). 남·녀별로 보면 '하루에 한식을 세끼' 먹는 비율은 남자(42.0%)가 여자(31.4%)보다 높았으며, '하루에 한식을 한끼' 먹는 비율은 여자(22.9%)가 남자(10.9%)보다 높았다($p < .01$).

'아침식사로 선호하는 음식의 형태'는 모든 연령대가 모두 아침식사로 밥을 선호하는 비율(56.8%~70.9%)이 높았는데, 40대 이상(66.3%~70.9%)이 30대 이하보다 더 높았다. 빵을 선호하는 비율은 30대 이하(11.7%~22.2%)가 40대 이상보다 높았으며 '먹지 않는 것이 좋다'고 답한 비율은 50대 이상(17.5%)이 다른 연령대에 비해 높았다($p < .05$). 1974년 남녀 중고등학생들을 대상으로 조사한 조⁸⁾의 연구에서는 아침에 '밥'을 먹고 있는 비율이 92%로 대부분이 밥을 먹었던 것에 비하면 본 조사의 10대가 밥을 선호하는 비율 56.8%와는 많은 차이가 있었다.

3. 식품섭취빈도

조사대상자들이 한 달 동안 먹은 32가지 일상식품의 연령별·성별에 따른 섭취빈도를 점수화(거의 먹지 않았을 때를 1점~ 하루에 2-3회 먹었을 때를 7점)한 평균값은 Table 3, 4와 같다.

'밥'의 섭취빈도를 보면, 20대가 다른 연령대에 비하여 적게 섭취하는 것으로 나타났다. 국민영양조사보고²⁾에 의하면 1인 1일당 곡물류의 섭취량은 계속 감소하여 1969년 559g에서 1979년 478g, 1998년에는 347g으로 감소되었으며, 시골인보다는 도시인이 더 적게 먹는 것으로 보고되었다. '면류'의 섭취빈도는 연령대별로 보면, 20대가 10대, 30대, 40대보다 '면류'를 더 많이 섭취하였다($p < .01$). '라면'의 섭취빈도를 연령대별로 보면, 10대와 20대가 가장 많이 섭취했고, 다음이 30대, 다음이 40대와 50대 이상이었다($p < .001$). 남·녀별로 보면, 남자가 여자보다 더 자주 섭취하였다($p < .01$). '콘플레이크'와 같은 씨리얼의 섭취빈도를 연령대별로 보면, 10대가 다른 연령대보다 씨리얼을 가장 많이 섭취하였고, 20대~30대가 40~50대 이상보다 씨리얼을 더 많이 섭취하였다($p < .001$). 남·녀별 섭취빈도는 비슷한 경향이였다.

'육류'의 섭취빈도는 연령별·성별에 따른 유의한 차이 없이 섭취빈도가 비슷한 경향이였다. 국민영양조사보고²⁾에서는 1인 1일당 1978년의 육류 섭취량

Table 3. Food intake frequency by age

Food	10-19	20-29	30-39	40-49	≥50	F-value
Cooked rice(bap)	6.85±0.58 ^{bl)}	6.59±0.71 ^a	6.84±0.53 ^b	6.85±0.56 ^b	6.93±0.27 ^b	6.672 ^{***}
Noodle	3.90±1.37 ^{ab}	4.32±1.37 ^c	3.88±1.21 ^{ab}	3.69±1.25 ^a	4.16±1.44 ^{bc}	4.326 ^{**}
Ramyeon	4.59±1.16 ^c	4.34±1.31 ^c	3.89±1.28 ^b	3.31±1.40 ^b	3.41±1.58 ^a	21.511 ^{***}
Corn flake	3.20±1.78 ^c	2.63±1.72 ^b	2.59±1.78 ^b	2.06±1.59 ^b	1.74±1.50 ^a	12.669 ^{***}
Meat	4.37±1.25	4.17±1.22	4.17±1.14	4.48±1.09	4.41±1.34	1.579
Fish	3.92±1.42 ^a	3.58±1.48 ^a	4.26±1.06 ^b	4.45±1.01 ^b	4.28±1.27 ^b	9.082 ^{***}
Egg	4.48±1.47 ^{ab}	4.52±1.24 ^{ab}	4.66±1.10 ^b	4.42±1.21 ^{ab}	4.18±1.28 ^a	1.681 ^{***}
Soy bean	3.55±1.97 ^a	4.10±1.91 ^{bc}	3.75±1.83 ^{ab}	4.25±1.64 ^c	5.53±1.50 ^d	17.021 ^{***}
Soybean paste	4.92±1.37 ^a	5.09±1.33 ^{ab}	4.89±1.30 ^a	5.27±1.01 ^b	5.88±1.15 ^c	9.309 ^{***}
Vegetable(yellow · green)	4.61±1.70 ^b	4.94±1.40 ^{ab}	5.17±1.29 ^{bc}	5.40±1.13 ^c	5.94±1.20 ^d	13.743 ^{***}
Vegetable(light color)	5.09±1.53 ^a	5.49±1.29 ^b	5.56±1.37 ^b	5.77±1.12 ^b	6.23±1.27 ^c	10.468 ^{***}
Kimchi	6.25±1.23 ^a	6.39±0.75 ^{ab}	6.70±0.83 ^{cd}	6.60±0.77 ^{bc}	6.89±0.32 ^d	9.269 ^{***}
Laver · Brown seaweeds	4.55±1.51 ^{ab}	4.28±1.43 ^a	4.86±1.29 ^b	4.84±1.05 ^b	5.28±1.14 ^c	8.472 ^{***}
Fruits	5.76±0.95 ^b	5.43±1.23 ^a	5.62±1.04 ^{ab}	5.83±0.97 ^b	5.85±1.09 ^b	3.404 ^{**}
Milk	5.33±1.78 ^c	4.72±1.60 ^b	4.20±1.96 ^a	4.45±1.80 ^{ab}	4.00±1.92 ^a	9.962 ^{***}
Milk products	4.75±1.66 ^c	4.50±1.66 ^{bc}	4.06±1.71 ^{ab}	4.00±1.75 ^a	3.79±2.20 ^a	5.987 ^{***}
Soybean oil · Sesame oil	4.90±1.60 ^b	5.14±1.53 ^{ab}	5.12±1.42 ^{ab}	5.45±1.19 ^b	5.45±1.28 ^b	3.189 [*]
Butter · Margarine	3.48±1.80 ^b	3.63±1.75 ^b	3.23±1.73 ^{ab}	3.14±1.68 ^{ab}	2.86±1.83 ^a	3.139 [*]
Ham · Sausage	4.17±1.50 ^c	4.13±1.28 ^c	3.70±1.42 ^b	3.01±1.72 ^a	3.24±1.39 ^a	15.184 ^{***}
Fish paste	3.29±1.62 ^{bc}	3.39±1.48 ^c	3.45±1.37 ^c	2.71±1.59 ^a	2.93±1.42 ^{ab}	4.910 ^{**}
Carbonated drink	4.57±1.45 ^c	4.99±1.59 ^c	4.07±1.80 ^b	3.20±1.70 ^a	2.84±1.65 ^a	34.907 ^{***}
Fruit juice	4.11±1.59 ^{ab}	4.75±1.53 ^c	4.47±1.52 ^{bc}	3.94±1.76 ^a	4.09±1.49 ^{ab}	5.621 ^{***}
Coffee	3.23±1.85 ^a	5.01±2.12 ^b	5.78±1.74 ^c	5.28±2.00 ^{bc}	4.99±2.02 ^b	33.301 ^{***}
Green tea	2.46±1.76 ^a	4.06±2.04 ^b	3.87±2.09 ^b	4.06±2.02 ^b	3.50±2.22 ^b	16.290 ^{***}
Candy · Chocolate	4.27±1.59 ^c	3.79±1.80 ^b	3.01±1.68 ^a	2.80±1.83 ^a	3.09±1.89 ^a	16.087 ^{***}
Snack · Biscuit	5.02±1.31 ^d	4.52±1.53 ^c	3.53±1.72 ^b	3.04±1.82 ^a	2.85±1.96 ^a	40.492 ^{***}
Hamburger	3.28±1.37 ^c	3.43±1.44 ^c	2.63±1.27 ^b	1.77±1.24 ^a	1.56±1.03 ^a	48.359 ^{***}
Pizza	2.64±1.23 ^c	2.78±1.27 ^c	2.24±1.00 ^b	1.89±1.12 ^a	1.79±1.06 ^a	16.481 ^{***}
Dduhkbokki · Rabokki	3.66±1.32 ^d	3.61±1.36 ^d	2.68±1.24 ^c	2.14±1.18 ^b	1.63±1.17 ^a	56.048 ^{***}
Fried chicken	3.15±1.33 ^b	3.31±1.33 ^b	2.72±1.13 ^a	2.68±1.30 ^a	3.00±1.48 ^{ab}	5.306 ^{***}
Kimbap	2.81±1.26 ^a	3.70±1.30 ^b	2.91±0.93 ^a	2.69±1.02 ^a	2.91±1.22 ^a	16.022 ^{***}
Dduhk	2.46±1.29 ^a	2.19±1.31 ^a	2.23±1.10 ^a	2.45±1.06 ^a	3.28±1.35 ^b	11.350 ^{***}

* p <.05 ** p <.01 *** p <.001

l) Mean±SD are average frequency scores of food intake by 7scales method as 'no intake=1, 1/month=2, 2-3/month=3, 1/week=4, 2-3/week=5, 1/day=6, 2-3/day=7'.

이 대도시가 34.0g, 중소도시는 17.3g, 시골은 13.8g 이었는데, 1998년에는 대도시가 75.4g, 중소도시는 68.1g, 시골은 55.7g으로 육류의 섭취량이 많이 증가 되었다. '생선'의 섭취빈도를 연령대별로 보면, 30대 이상이 20대 이하보다 생선을 먹는 횟수가 더 많았다(p <.001). 남·녀별 섭취빈도는 비슷한 경향이였다. 달걀의 섭취빈도는 연령별·성별로 큰 차이 없이 비슷한 경향이였다.

'콩'의 섭취빈도를 연령대별로 보면, 40대~50대 이상이 다른 연령대보다 콩을 더 자주 섭취하는 것으로 나타났다(p <.001). 남·녀별로 보면, 남자가 여자보다 콩을 더 자주 섭취하였다(p <.05). '된장·고추장'의 섭취빈도를 연령별로 보면 50대 이상이

다른 연령대보다 된장·고추장을 더 자주 섭취하였다(p <.001). 남·녀별 섭취빈도는 비슷한 경향이였다.

채소는 곡물류 다음으로 많이 섭취하는 식품으로 국민영양조사²⁾에 의하면 1969년에 1인 1일 섭취량이 271.0g에서 1979년에는 섭취량이 288.0g이었다가 1980년대 중반 이후 육류의 섭취량이 증가하면서 채소 섭취량이 감소하여 1989년에는 224g이었다. 그러나 90년대 이후 성인병에 채소가 좋다는 인식과 함께 채소 섭취량이 다시 증가하여 1998년에는 283.5g이었다. 지역별 섭취량(1998년도)은 대도시가 290.2g, 중소도시가 271.3g, 시골은 287.2g으로 대도시의 섭취량이 많았다. 본 조사에서의 '녹·황색 채

Table 4. Food intake frequency by gender

Food	Males	Females	T-value
Cooked rice(bap)	6.84±0.60 ¹⁾	6.75±0.57	1.886
Noodle	4.05±1.33	3.96±1.36	0.825
Ramyeon	4.20±1.41	3.85±1.40	3.009**
Corn flake	2.42±1.65	2.65±1.85	-1.588
Meat	4.32±1.27	4.30±1.16	0.200
Fish	3.97±1.32	4.10±1.33	-1.228
Egg	4.51±1.19	4.43±1.36	0.840
Soy bean	4.30±1.67	3.96±2.09	2.207*
Soybean paste	5.05±1.30	5.24±1.28	-1.847
Vegetables(yello · green)	5.03±1.48	5.18±1.44	-1.256
Vegetable(light color)	5.39±1.45	5.69±1.31	-2.597*
Kimchi	6.54±0.89	6.48±0.92	0.769
Laver · Brown seaweeds	4.69±1.34	4.69±1.38	0.036
Fruits	5.51±1.17	5.83±0.96	-3.670***
Milk	4.52±1.95	4.76±1.78	-1.546
Milk products	4.11±1.89	4.47±1.67	-2.408*
Soybean oil · Sesame oil	5.00±1.46	5.32±1.43	-2.656**
Butter · Margarine	3.31±1.82	3.34±1.73	-0.155
Ham · Sausage	3.81±1.57	3.68±1.50	1.003
Fish paste	3.20±1.61	3.17±1.47	0.256
Carbonated drink	4.16±1.73	4.05±1.86	0.714
Fruit juice	4.27±1.53	4.32±1.67	-0.384
Coffee	4.54±2.20	4.87±2.12	-1.81
Green tea	3.66±2.07	3.42±2.12	1.371
Candy · Chocolate	3.26±1.78	3.72±1.85	-3.025**
Snack · Biscuit	3.58±1.90	4.33±1.71	-5.042***
Hamburger	2.73±1.54	2.66±1.46	0.590
Pizza	2.35±1.30	2.36±1.16	-0.087
Ddukkbocki · Rabokki	2.78±1.50	3.04±1.48	-2.113*
Fried chicken	2.93±1.31	3.08±1.35	-1.289
Kimbap	2.97±1.20	3.10±1.26	-1.322
Dduhk	2.39±1.28	2.53±1.28	-1.295

* p <.05 ** p <.01 *** p <.001

¹⁾ Mean±SD are average frequency scores of food intake by 7scales method as 'no intake=1, 1/month=2, 2-3/month=3, 1/week=4, 2-3/week=5, 1/day=6, 2-3/day=7'.

소'의 섭취빈도를 연령별로 보면, 50대 이상이 40대 이하보다 녹·황색 채소를 더 자주 섭취하였으며 연령이 많을수록 녹·황색 채소를 더 자주 섭취하였다(p <.001). 남·녀별 섭취빈도는 비슷한 경향이 있었다. '담색채소'의 섭취빈도를 연령별로 보면, 50대 이상이 40대 이하보다 더 자주 섭취하였고, 10대가 다른 연령대에 비하여 담색채소를 가장 적게 섭취하였다(p <.001). 남·녀별로 보면, 여자가 남자보다 담색채소를 더 많이 섭취하였다(p <.05). '김치'의 섭취빈도를 연령별로 보면, 50대 이상이 40대 이하보다 김치 섭취 횟수가 더 많았고 30대 이상이 10대와 20대보다 김치 섭취 횟수가 더 많았다(p <.001). 남·녀별로는 섭취 횟수가 비슷한 경향이 있었다. 김·미역의 섭취빈도를 연

령별로 보면, 50대 이상이 다른 연령대보다 섭취빈도가 많았다. 특히, 20대가 다른 연령보다 섭취빈도가 적었다. 남·녀별 섭취빈도는 비슷한 경향이 있었다.

과일류의 1인 1일당 섭취량은 국민영양조사보고²⁾에서 1969년 48.1g이었지만 1982년부터 섭취량이 증가하여 1998년에는 197.5g이었다. 이를 지역별(1998년도)로 보면 대도시는 221.1g, 중소도시는 186.8g, 시골은 160.2g으로 시골보다 도시의 섭취량이 더 많았다. 본 조사에서의 과일의 섭취빈도는 연령별로는 큰 차이 없이 모두 자주 먹는 것으로 나타났다. 남·녀별로 보면, 여자가 남자보다 과일을 더 많이 섭취하였다(p <.001).

우유의 1인 1일당 섭취량은 1970년대 이후로 증가폭이 가장 큰 동물성 식품으로 국민영양조사²⁾에 의하면 1969년 2.4g에서 1998년 87.5g으로 큰 폭으로 증가하였다. 1998년 우유의 1인 1일당 지역별 섭취량은 대도시는 94.8g, 중소도시는 94.0g, 시골은 60.6g이었다. 본 조사에서 '우유'의 섭취빈도를 연령별로 보면, 10대가 다른 연령대보다 우유를 더 많이 섭취하였다(p <.001). 남·녀별 섭취횟수는 비슷한 경향이 있었다. '유가공품'의 섭취빈도 차이를 연령별로 보면, 10대, 20대가 40대 이상의 연령보다 유가공품의 섭취빈도가 더 많았다(p <.001). 남·녀별로 보면, 여자가 남자보다 유가공품을 더 많이 섭취하였다(p <.05)

'콩기름·참기름'의 섭취빈도를 연령대별로 보면, 40대 이상이 10대보다 콩기름·참기름의 섭취횟수가 많았다(p <.05). 남·녀별로 보면, 여자가 남자보다 콩기름·참기름을 더 자주 섭취하였다(p <.001). '버터·마아가린'의 섭취빈도를 연령대별로 보면, 10대~20대의 연령이 50대 이상보다 섭취횟수가 더 많았다. (p <.05) 남·녀별 섭취빈도는 비슷한 경향이 있었다.

'햄·소시지'의 섭취빈도는 20대 이하가 30대 이상보다 햄·소시지의 섭취횟수가 더 많았으며 30대가 40대 이상보다 '햄·소시지'의 섭취횟수가 더 많았다(p <.001). 남·녀별 섭취빈도는 비슷하였다. '계맛살·생선묵'의 섭취빈도를 연령대별로 보면, 20대~30대 연령이 40대 이상보다 섭취빈도가 더 많았다(p <.01). 남·녀별 섭취빈도는 비슷하였다.

'탄산음료'의 섭취빈도를 연령대별로 보면, 10대와 20대, 30대, 40대와 50대순으로 탄산음료를 더 자주 섭취하였다(p <.001). 남·녀별 섭취빈도는 비슷한 경향이 있었다. '과일주스'의 섭취빈도 차이를 연

령대별로 보면, 20대가 다른 연령대에 비해 더 자주 섭취하였다($p < .001$). 남녀별 섭취빈도는 비슷하였다. ‘커피’와 ‘녹차’의 섭취빈도를 연령대별로 보면 10대를 제외한 다른 연령대는 비슷한 경향이었으며 10대가 가장 적게 섭취하였다($p < .001$). 남녀별 섭취빈도는 비슷한 경향이였다.

‘사탕·초콜릿’의 섭취빈도를 연령대별로 보면, 10대, 20대, 30대 이상 순으로 사탕·초콜릿을 더 많이 섭취하였다($p < .001$). 남·녀별로 보면 여자가 남자보다 사탕·초콜릿을 더 많이 섭취하였다($p < .05$). ‘스낵·비스킷’의 섭취빈도를 연령대별로 보면, 10대, 20대, 30대, 40대~50대 순으로 스낵·비스킷을 더 자주 섭취하였다($p < .001$). 남·녀별로 보면 여자가 남자보다 스낵·비스킷을 더 많이 섭취하였다($p < .001$).

‘햄버거’의 섭취빈도를 연령대별로 보면, 10대~20대, 30대, 40대~50대 이상 순으로 햄버거의 섭취횟수가 더 많았다($p < .001$). 남·녀별 섭취빈도는 비슷한 경향이였다. ‘피자’의 섭취빈도를 연령대별로 보면, 10대~20대, 30대, 40대~50대 이상 순으로 피자의 섭취횟수가 많았다($p < .001$). 남·녀별 피자의 섭취빈도는 비슷한 경향이였다. ‘떡볶기·라볶기’의 섭취빈도를 연령대별로 보면, 10대~20대, 30대, 40대, 50대 순으로 떡볶기·라볶기를 더 많이 섭취하였다($p < .01$). 남·녀별로 보면 여자가 남자보다 떡볶기·라볶기를 더 많이 섭취하였다($p < .05$). ‘튀김류’의 섭취빈도를 연령별로 보면, 10대~20대가 30대~40대보다 튀김류 음식을 더 자주 섭취하였다($p < .001$). 남·녀별 섭취빈도는 비슷한 경향이였다. ‘김밥’의 섭취빈도 차이를 연령별로 보면, 20대가 나머지 연령보다 김밥을 가장 자주 섭취하였다($p < .001$). 남·녀별 섭취빈도는 비슷한 경향이였다. ‘떡’의 섭취빈도 차이를 연령별로 보면, 50대 이상이 나머지 연령보다 떡을 더 자주 섭취하였다($p < .001$). 남·녀별 떡의 섭취빈도는 비슷한 경향이였다.

4. 식품섭취빈도와 일반사항 변인과의 상관관계

식품섭취빈도와 조사 대상자들의 일반사항 변인과의 상관관계는 Table 5와 같다. 일반사항인 연령, 경제수준, 가족수, 교육수준들과 섭취빈도와의 상관관계를 보았다.

연령이 많을수록 생선, 콩, 된장·고추장, 녹황색·담색채소, 김치, 김·미역, 콩기름·참기름, 떡 등의 한식형태의 식품과 커피, 차, 등의 섭취빈도가 많았으며, 연령이 낮을수록 라면, 우유, 유가공품, 버터·마아가린, 햄·소시지, 게맛살·생선묵, 탄산

Table 5. Correlation between food intake frequency and each values

Food	Age	Economic value	Number of family	Education level
Cooked rice(bap)	.084*	.072	.019	.050
Noodle	-.023	-.009	-.016	-.017
Ramyeon	-.345**	-.173**	-.069	.175**
Corn flake	-.276**	.147**	.005	.217**
Meat	.038	.233**	.074	.065
Fish	.173**	.200**	.058	-.050
Egg	-.062	-.015	-.094*	-.018
Soy bean	.268**	.089*	.055	-.117**
Soy bean paste	.198**	.078	.031	-.117**
Vegetable(yellow·green)	.289**	.100*	-.042	-.177**
Vegetable(light color)	.251**	.079	.030	-.123**
Kimchi	.230**	.023	.025	-.081
Laver·Brown seaweeds	.191**	.061	.013	-.075
Fruits	.062	.292**	.110**	.089*
Milk	-.228**	.001	.000	.207**
Milk products	-.194**	.112**	-.024	.202**
Soybean oil·Sesame oil	.138**	.116**	.102*	-.087*
Butter·Margarine	-.128**	.191**	.011	.138**
Ham·Sausage	-.281**	.125**	-.021	.164**
Fish paste	-.124**	.088*	.022	.067
Carbonated drink	-.393**	.091*	.027	.252**
Fruit juice	-.062	.200**	-.017	.103*
Coffee	.298**	.135**	-.074	-.217**
Green tea	.180**	.086*	-.043	-.041
Candy·Chocolate	-.283**	.136**	-.052	.203**
Snack·Biscuit	-.456**	.145**	.025	.353**
Hamburger	-.466**	.091*	-.043	.280**
Pizza	-.292**	.134*	.044	.200*
Dduhkbokki·Rabokki	-.512**	.009	-.021	.283**
Fried chicken	-.116**	.114**	.037	.124**
Kimbap	-.084*	.048	-.051	-.041
Dduhk	.164*	.146**	.032	-.095*

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

음료, 사탕·초콜릿, 비스킷, 햄버거, 피자, 떡볶기, 후라이드치킨 등의 서양·편의식품의 섭취빈도가 많았다.

경제수준이 높을수록 육류, 생선, 과일, 유가공품, 콩기름·참기름, 버터·마아가린, 햄·소시지, 과일쥬스, 커피, 사탕·초콜릿, 비스킷, 콘플레이크, 피자, 후라이드치킨, 떡 등의 한식·서양식의 섭취빈도가 많았으며, 라면의 섭취빈도는 적었다.

교육수준이 높을수록 라면, 콘플레이크, 우유, 유가공품, 버터·마아가린, 햄·소시지, 탄산음료, 사탕·초콜릿, 비스킷, 햄버거, 피자, 떡볶기, 후라이드치킨 등의 서구·편의식품의 섭취빈도는 많았으며, 콩, 된장, 녹황색·담색채소, 커피의 섭취빈도는 적었다.

5. 식품인식도

각 식품에 대한 인식은 식품을 섭취하기 이전의 선택단계에서 중요하게 작용한다. 정¹⁷⁾은 식품을 선택하고 섭취하는 행동은 식품에 대한 개인의 주관적인 느낌이나 인식에 의해서 좌우되며 식품에 대한 가치관이 식사행동 형성에 큰 영향력을 가진다고 하였다. 일상생활에서 자주 접하게 되는 식품 및 음식 12가지를 중심으로 각 식품에 대한 인식도를

정¹⁷⁾이 사용한 방법으로 식품의 맛, 식품으로서의 가치, 기호도, 체형에 미치는 영향, 건강에 미치는 영향을 리커트 5점 척도를 사용하여 질문하였다. 식품에 대한 각 인식도는 3점 이상이면 긍정적인 인식으로, 3점 이하이면 부정적인 인식으로 해석하였다. 연령에 따른 식품인식도의 결과는 Table 6에, 성별에 따른 식품인식도의 결과는 Table 7에 제시하였다.

‘밥’의 인식도에 대해 맛에 대한 인식도는 50대 이상이 40대 이하보다 밥이 더 맛있다고 인식하였

Table 6. Perception to food by age

Food	Perception to food	10-19	20-29	30-39	40-49	≥50	F-value
Cooked rice (bap)	Flavor	3.91±0.97 ^a	4.01±0.98 ^a	4.06±0.87 ^a	4.03±1.10 ^a	4.64±0.60 ^b	8.588 ^{***}
	Value of food	4.32±0.99 ^a	4.30±0.86 ^a	4.31±0.75 ^a	4.19±1.08 ^a	4.60±0.59 ^b	2.527 [*]
	Preference	4.03±1.00 ^a	4.15±0.92 ^a	4.08±0.92 ^a	4.11±1.03 ^a	4.54±0.64 ^b	4.263 ^{**}
	Affection to body shapee	3.62±0.93 ^a	3.64±0.90 ^a	3.65±0.81 ^a	3.74±0.87 ^{ab}	3.96±0.79 ^b	2.433 [*]
	Affection on health	4.37±0.95 ^a	4.32±0.80 ^a	4.30±0.80 ^a	4.35±0.91 ^a	4.63±0.62 ^b	2.121 [*]
Meat	Flavor	4.61±0.62 ^d	4.38±0.82 ^c	3.91±1.01 ^a	4.11±0.92 ^{ab}	4.26±0.81 ^{bc}	12.917 ^{***}
	Value of food	4.19±0.83	4.31±0.72	4.16±0.71	4.19±0.78	4.31±0.74	1.028
	Preference	4.16±1.01 ^b	4.10±0.96 ^b	3.72±0.97 ^a	3.92±0.91 ^{ab}	4.09±0.92 ^b	3.976 ^{**}
	Affection to body shapee	4.34±0.87 ^c	4.17±0.85 ^{bc}	3.94±0.88 ^b	3.97±0.92 ^b	3.58±0.88 ^a	11.339 ^{***}
	Affection on health	3.82±1.00 ^{ab}	3.85±0.84 ^{abc}	3.76±0.93 ^a	4.09±0.88 ^c	4.04±0.85 ^{bc}	2.692 [*]
Fish	Flavor	3.63±1.27 ^a	3.86±1.21 ^{ab}	4.06±0.88 ^{bc}	4.34±0.88 ^c	4.18±0.82 ^c	8.513 ^{***}
	Value of food	4.21±0.88 ^a	4.37±0.80 ^{ab}	4.36±0.68 ^{ab}	4.60±0.65 ^c	4.44±0.59 ^{bc}	4.549 ^{**}
	Preference	3.40±1.30 ^a	3.59±1.31 ^{ab}	3.89±0.97 ^{bc}	4.25±0.89 ^d	4.06±0.85 ^{cd}	11.560 ^{***}
	Affection to body shapee	3.31±0.92 ^d	3.03±0.99 ^{bc}	2.92±0.87 ^{ab}	3.20±0.93 ^{cd}	2.71±0.68 ^a	7.262 ^{***}
	Affection on health	4.12±0.89 ^a	4.24±0.86 ^a	4.33±0.69 ^{ab}	4.53±0.77 ^b	4.25±0.56 ^a	4.584 ^{**}
Egg	Flavor	3.84±1.15 ^b	3.81±1.12 ^b	3.57±0.95 ^{ab}	3.71±1.03 ^b	3.38±0.88 ^a	3.400 ^{**}
	Value of food	4.03±0.91 ^a	4.31±0.89 ^b	4.16±0.82 ^{ab}	4.07±0.86 ^{ab}	3.94±0.79 ^a	3.229 [*]
	Preference	3.58±1.19	3.70±1.14	3.37±1.01	3.62±1.02	3.40±0.74	1.893
	Affection to body shapee	3.55±0.99 ^c	3.43±0.86 ^{bc}	3.27±0.67 ^{ab}	3.35±0.79 ^{bc}	3.08±0.44 ^a	5.246 ^{***}
	Affection on health	3.74±1.02 ^a	4.11±0.87 ^b	3.75±0.86 ^a	3.76±0.99 ^a	3.53±0.78 ^a	6.152 ^{***}
Vegetable	Flavor	3.15±1.25 ^a	3.70±1.16 ^b	3.79±0.96 ^b	4.10±1.00 ^c	3.95±0.83 ^{bc}	14.911 ^{***}
	Value of food	4.37±0.78 ^{ab}	4.26±0.83 ^a	4.25±0.80 ^a	4.55±0.66 ^d	4.28±0.66 ^d	3.126 [*]
	Preference	3.25±1.25 ^a	3.71±1.14 ^b	3.84±0.92 ^{bc}	4.21±0.88 ^d	4.01±0.79 ^d	15.705 ^{***}
	Affection to body shapee	2.55±1.01 ^{bc}	2.48±1.04 ^{abc}	2.39±0.98 ^{ab}	2.71±1.04 ^c	2.23±0.66 ^a	3.225 [*]
	Affection on health	4.39±0.85 ^{ab}	4.21±0.90 ^a	4.30±0.81 ^{ab}	4.65±0.64 ^c	4.45±0.78 ^{bc}	4.962 ^{**}
Fruits	Flavor	4.77±0.61	4.70±0.65	4.60±0.62	4.82±0.49	4.69±0.47	2.242
	Value of food	4.56±0.72	4.41±0.77	4.43±0.76	4.65±0.63	4.46±0.76	2.117
	Preference	4.75±0.63 ^b	4.57±0.78 ^{ab}	4.45±0.76 ^a	4.55±0.75 ^{ab}	4.51±0.73 ^a	3.173 [*]
	Affection to body shapee	2.83±1.09 ^c	2.74±1.14 ^{bc}	2.51±1.11 ^{ab}	2.81±0.96 ^c	2.42±0.76 ^a	3.139 [*]
	Affection on health	4.45±0.84	4.41±0.75	4.44±0.73	4.58±0.70	4.61±0.63	1.626
Kimchi	Flavor	4.14±1.06 ^a	4.39±0.84 ^b	4.43±0.70 ^b	4.70±0.63 ^c	4.70±0.51 ^c	10.356 ^{***}
	Value of food	4.63±0.70	4.57±0.68	4.59±0.62	4.65±0.68	4.70±0.51	0.628
	Preference	3.97±1.14 ^a	4.26±0.96 ^b	4.37±0.79 ^{bc}	4.57±0.72 ^c	4.60±0.65 ^c	9.749 ^{***}
	Affection to body shapee	2.94±1.03 ^b	2.59±1.01 ^a	2.48±1.04 ^a	2.74±0.94 ^{ab}	2.48±0.71 ^a	5.111 ^{***}
	Affection on health	4.46±0.82 ^{abc}	4.30±0.88 ^a	4.41±0.80 ^{ab}	4.62±0.72 ^{bc}	4.66±0.57 ^c	3.936 ^{**}
Milk	Flavor	3.82±1.35 ^b	3.86±1.27 ^b	3.42±1.19 ^a	3.43±1.34 ^a	3.51±0.84 ^{ab}	3.643 ^{**}
	Value of food	4.59±0.82	4.65±0.67	4.52±0.87	4.56±0.82	4.60±0.76	0.456
	Preference	3.77±1.3 ^b	3.69±1.29 ^{ab}	3.35±1.26 ^a	3.34±1.26 ^a	3.48±0.87 ^{ab}	3.110 [*]
	Affection to body shapee	3.27±1.08	3.23±0.95	3.20±0.81	3.16±0.83	3.00±0.48	1.318
	Affection on health	4.55±0.77 ^b	4.36±0.84 ^{ab}	4.38±0.77 ^{ab}	4.35±0.83 ^{ab}	4.19±0.73 ^a	3.116 [*]

* p <.05 ** p <.01 *** p <.001

Table 6. Continued

Food	Perception to food	10-19	20-29	30-39	40-49	≥50	F-value
Meat products	Flavor	4.27±1.06 ^d	3.89±1.09 ^c	3.43±1.15 ^b	2.75±1.39 ^a	3.26±1.02 ^b	33.094 ^{***}
	Value of food	3.12±1.07 ^b	2.99±0.95 ^b	2.93±0.91 ^b	2.47±0.95 ^a	2.85±0.83 ^b	7.818 ^{***}
	Preference	3.82±1.13 ^d	3.43±1.14 ^c	3.01±1.01 ^b	2.35±1.10 ^a	2.85±0.93 ^b	33.949 ^{***}
	Affection to body shapee	4.30±0.93 ^c	4.21±0.95 ^{bc}	3.99±0.87 ^{ab}	4.15±0.90 ^{abc}	3.93±0.81 ^a	3.201 [*]
	Affection on health	2.69±1.14 ^c	2.70±0.96 ^c	2.43±0.88 ^b	2.08±0.87 ^a	2.25±0.85 ^{ab}	9.601 ^{***}
Ramyeon	Flavor	4.30±0.94 ^b	4.17±0.94 ^b	3.73±1.03 ^a	3.53±1.19 ^a	3.63±0.88 ^a	14.778 ^{***}
	Value of food	2.99±1.18 ^b	2.77±1.15 ^{ab}	2.58±1.00 ^a	2.62±1.00 ^a	2.74±0.63 ^{ab}	3.186 [*]
	Preference	3.94±1.08 ^c	3.77±1.09 ^c	3.41±0.96 ^b	3.06±1.29 ^a	3.38±0.89 ^b	12.867 ^{***}
	Affection to body shapee	3.90±1.00	4.17±1.02	3.99±1.04	3.91±1.12	4.18±0.69	2.277
	Affection on health	2.32±1.04 ^b	2.23±1.01 ^b	1.97±0.68 ^a	1.94±0.75 ^a	2.17±0.63 ^{ab}	4.494 ^{**}
Pizza Hamburger	Flavor	4.63±0.69 ^d	4.39±0.88 ^a	3.72±1.06 ^c	3.02±1.30 ^b	2.69±1.10 ^b	81.892 ^{***}
	Value of food	3.34±1.08 ^c	3.12±1.09 ^c	3.08±0.82 ^c	2.77±1.00 ^b	2.38±0.74 ^a	14.792 ^{***}
	Preference	4.33±0.93 ^d	4.02±1.06 ^c	3.33±1.12 ^b	2.60±1.17 ^a	2.36±0.92 ^a	79.065 ^{***}
	Affection to body shapee	4.43±0.83 ^a	4.42±0.91 ^a	4.24±0.89 ^a	4.26±1.00 ^a	4.76±0.46 ^d	5.158 ^{***}
	Affection on health	2.75±1.06 ^c	2.52±0.84 ^{bc}	2.46±0.73 ^b	2.34±0.87 ^{ab}	2.20±0.75 ^a	6.379 ^{***}
Carbonated drink	Flavor	4.28±1.04 ^c	4.02±1.10 ^c	3.37±1.13 ^b	2.98±1.17 ^a	2.85±0.92 ^a	40.507 ^{***}
	Value of food	2.63±1.08 ^c	2.35±1.14 ^b	2.06±0.82 ^a	2.06±0.96 ^a	2.01±0.56 ^a	9.157 ^{***}
	Preference	3.90±1.19 ^c	3.60±1.29 ^c	3.11±1.19 ^b	2.59±1.21 ^a	2.64±0.88 ^a	28.894 ^{***}
	Affection to body shapee	3.79±1.15 ^a	3.97±1.13 ^a	3.73±1.16 ^a	3.91±1.23 ^a	4.38±0.93 ^b	4.530 ^{**}
	Affection on health	2.06±0.98 ^b	1.90±0.98 ^b	1.86±0.77 ^{ab}	1.65±0.74 ^a	1.91±0.64 ^b	3.738 ^{**}

* p < .05 ** p < .01 *** p < .001

지만 10대~40대 연령도 50대 이상보다는 덜하지만 맛있다고 인식하였다(p < .001). 남·녀 모두 밥이 맛있다고 인식하였다. '식품으로서의 가치'에 대한 인식도는 50대 이상이 40대 이하보다 더 우수하다고 여기고 있었다(p < .05). 남·녀별로 보면 남·녀 모두 밥은 우수한 식품이라고 인식하였다. 밥의 기호도를 보면, 50대 이상이 40대 이하보다 밥을 더 좋아하였고 40대 이하도 50대 이상보다는 덜하지만 밥을 좋아하였다(p < .01). 남·녀별로 보면 남자가 여자보다 밥을 좋아하는 정도가 더 컸다(p < .001).

'체형에 미치는 영향'에 대해서는 40대 이상이 30대 이하보다 밥은 살찌게 하는 식품으로 인식하는 정도가 더 컸으며, 모든 연령대가 대체적으로 밥을 약간 살찌게 하는 식품으로 인식하였다(p < .05). 남·녀별로 보면 남자가 여자보다 밥이 살찌는 식품이라는 인식이 더 컸다(p < .05). '건강에 미치는 영향'에 대해서는 50대 이상이 40대 이하보다 밥이 건강에 필요하다고 인식하였다. 40대 이하도 50대 이상보다는 덜하지만 밥이 건강에 꼭 필요한 식품이라고 인식하였다(p < .05). 밥의 '건강에 미치는 영향'에 대해서 남·녀 모두 밥이 건강에 필요하다고 인식하였다.

'육류'의 '맛'에 대한 인식도는, 대체적으로 육류

를 맛있는 식품으로 인식하였지만 10대가 육류를 가장 맛있게 인식하였고, 30대가 다른 연령대에 비해 맛있다고 인식하는 정도가 작았다(p < .001). 남·녀별로 보면 남자가 여자보다 육류가 맛있다고 인식하는 정도가 더 컸다(p < .001). 육류의 '식품으로서의 가치'에 대해서는 모든 연령대가 긍정적으로 인식하고 있었으며 남·녀 모두 육류를 우수한 식품이라고 인식하였다. 육류의 '기호도'를 보면, 모든 연령대가 대체적으로 육류를 좋아하였지만 30대~40대가 나머지 연령보다 육류를 좋아하는 정도가 작았다(p < .01). 남·녀별로는 남자가 여자보다 육류를 좋아하는 정도가 더 컸다(p < .001). 육류의 '체형에 미치는 영향'에 대해서는 연령이 적을수록 육류가 살찌는 식품이라고 인식하는 정도가 컸으며, 10대가 가장 컸고 50대가 가장 작았다(p < .001). 남·녀별로는 남자가 여자보다 육류가 살이 찌는 식품이라는 인식이 더 컸다(p < .01). 육류의 '건강에 미치는 영향'에 대해서는 모든 연령대가 긍정적으로 인식하고 있었는데, 특히 40대 이상이 다른 연령대에 비해 긍정적으로 인식하는 정도가 가장 컸으며, 30대는 긍정적으로 인식하는 정도가 다른 연령대에 비해서 가장 작았다(p < .05). 남·녀별로 보면 남·녀 모두 육류는 건강에 필요한 식품이라는 인식을 가지고 있었다.

Table 7. Perception to food by gender

Food	Perception to food	Males	Females	T-value
Cooked rice (bap)	Flavor	4.16±0.93	4.02±0.99	1.775
	Value of food	4.39±0.90	4.27±0.90	1.632
	Preference	4.31±0.85	4.01±0.99	3.915***
	Affection to body shape	3.79±0.87	3.62±0.88	2.340 [†]
	Affection on health	4.44±0.80	4.32±0.89	1.731
Meat	Flavor	4.45±0.75	4.16±0.93	4.095***
	Value of food	4.30±0.73	4.17±0.79	1.924
	Preference	4.20±0.89	3.85±1.01	4.440***
	Affection to body shape	4.17±0.86	3.96±0.94	2.850**
	Affection on health	3.89±0.98	3.90±0.85	-0.237
Fish	Flavor	3.99±1.06	3.94±1.13	0.468
	Value of food	4.32±0.78	4.43±0.74	-1.711
	Preference	3.80±1.14	3.76±1.19	0.491
	Affection to body shape	3.17±1.01	2.99±0.83	2.439 [†]
	Affection on health	4.24±0.82	4.31±0.78	-1.166
Egg	Flavor	3.83±0.98	3.58±1.12	2.842**
	Value of food	4.06±0.87	4.16±0.88	-1.386
	Preference	3.76±0.98	3.38±1.11	4.423***
	Affection to body shape	3.46±0.89	3.30±0.75	2.439 [†]
	Affection on health	3.79±0.94	3.82±0.93	-0.390
Vegetable	Flavor	3.57±1.20	3.77±1.07	-2.195 [†]
	Value of food	4.36±0.79	4.34±0.75	0.335
	Preference	3.73±1.12	3.75±1.08	-0.207
	Affection to body shape	2.64±1.02	2.37±0.94	3.304**
	Affection on health	4.38±0.83	4.39±0.82	-0.107
Fruits	Flavor	4.63±0.67	4.80±0.49	-3.658***
	Value of food	4.42±0.78	4.58±0.68	-2.680**
	Preference	4.45±0.80	4.71±0.64	-4.526***
	Affection to body shape	2.75±1.11	2.64±1.00	1.270
	Affection on health	4.46±0.74	4.50±0.76	-0.616

* p < .05 ** p < .01 *** p < .001

‘생선류’의 ‘맛’에 대한 인식도는 일반적으로 연령이 적을수록 생선이 맛있는 식품이라고 인식하는 정도가 작았으며, 특히 10대가 맛있다고 인식하는 정도가 제일 작았고, 40대 이상이 생선이 맛있는 식품이라고 인식하는 정도가 가장 컸다(p < .001). 생선의 ‘식품으로서의 가치’에 대해서 보면, 40대 이상이 20대 이하보다 생선이 우수한 식품이라고 인식하는 정도가 더 컸다(p < .01). 남·녀별로 보면 남·녀 모두 우수한 식품이라는 인식을 가지고 있었다. 생선류의 ‘기호도’에 대해서 보면, 40대 이상이 30대 이하보다 생선류를 더 좋아하였으며(p < .001), 남·녀 모두 생선류를 보통 이상으로 좋아하는 경향을 보였다. 생선류의 ‘체형에 미치는 영향’을 보면, 10대와 40대는 다른 연령대에 비해 생선이 살이 찌는 식품이라고 인식하는 정도가 컸으며, 50대 이상이 그 인식정도가 가장 작았다(p < .001). 남자는

Table 7. Continued

Food	Perception to food	Males	Females	T-value
Kimchi	Flavor	4.40±0.81	4.45±0.87	-0.755
	Value of food	4.57±0.68	4.67±0.63	-1.920
	Preference	4.25±0.92	4.36±0.96	-1.377
	Affection to body shape	2.80±1.05	2.57±0.92	2.850**
	Affection on health	4.43±0.79	4.51±0.80	-1.234
Milk	Flavor	3.71±1.23	3.59±1.28	1.103
	Value of food	4.51±0.88	4.65±0.69	-2.105 [†]
	Preference	3.65±1.22	3.48±1.29	1.706
	Affection to body shape	3.23±0.94	3.16±0.85	0.872
	Affection on health	4.30±0.84	4.47±0.76	-2.651**
Meat products	Flavor	3.84±1.23	3.42±1.26	4.074***
	Value of food	3.09±1.04	2.73±0.89	4.609***
	Preference	3.42±1.21	2.97±1.15	4.652***
	Affection to body shape	4.05±0.97	4.23±0.85	-2.497 [†]
	Affection on health	2.66±1.05	2.32±0.92	4.231***
Ramyeon	Flavor	4.06±0.99	3.83±1.08	2.677***
	Value of food	3.00±1.07	2.55±1.01	5.278***
	Preference	3.77±1.05	3.39±1.16	4.180***
	Affection to body shape	3.88±1.01	4.14±0.98	-3.118**
	Affection on health	2.32±0.95	2.00±0.81	4.529***
Pizza Hamburger	Flavor	3.79±1.27	3.90±1.20	-1.106
	Value of food	3.05±1.13	2.97±0.94	1.008
	Preference	3.48±1.30	3.51±1.28	-0.311
	Affection to body shape	4.26±0.93	4.54±0.79	-4.000***
	Affection on health	2.64±0.97	2.37±0.82	3.585***
Carbonated drink	Flavor	3.76±1.15	3.51±1.26	2.413 [†]
	Value of food	2.42±1.00	2.15±0.99	3.377**
	Preference	3.46±1.23	3.12±1.33	3.236**
	Affection to body shape	3.63±1.14	4.18±1.10	-6.034***
	Affection on health	2.00±0.91	1.79±0.82	3.033**

* p < .05 ** p < .01 *** p < .001

생선류가 약간 살이 찌는 식품이라고 인식한 반면, 여자는 생선류가 살이 찌지 않는 식품이라고 인식하였다(p < .05). 생선류의 ‘건강에 미치는 영향’에 대해서는 대체적으로 모든 연령대가 긍정적으로 인식하고 있었으며, 40대가 다른 연령대에 비해 긍정적으로 인식하는 정도가 가장 컸으며(p < .01), 남·녀 모두 생선류가 건강에 필요한 식품이라고 인식하였다.

달걀의 ‘맛’에 대한 인식도는 50대 이상이 나머지 연령보다 맛있다고 인식하는 정도가 작았다(p < .01), 남자가 여자보다 달걀이 맛있다고 인식하는 정도가 컸다(p < .001). 달걀의 ‘식품으로서의 가치’에 대해서는 20대가 10대와 50대 이상보다 달걀이 우수한 식품이라고 인식하는 정도가 컸다(p < .05), 남·녀 모두 달걀이 우수한 식품이라고 인식하고 있었다. ‘달걀’의 기호도를 보면, 대체적으로 약간 좋아하는 경향을

보였고, 남자가 여자보다 달걀을 더 좋아하였다($p < .001$). 달걀의 '체형에 미치는 영향'을 보면, 10대가 30대와 50대 이상보다 달걀이 살찌는 식품이라고 인식하는 정도가 컸고 20대와 40대가 30대와 50대 이상보다 달걀이 살찌는 식품이라고 인식하는 정도가 컸다($p < .001$). 남자가 여자보다 달걀이 살이 찌는 식품이라는 인식이 더 컸다($p < .05$). 달걀이 '건강에 미치는 영향'을 보면, 20대가 다른 연령대보다 달걀이 건강에 미치는 영향에 대해 긍정적으로 인식하는 정도가 컸으며($p < .001$), 남·녀 모두 건강에 필요한 식품이라는 인식을 가지고 있었다.

채소의 '맛'에 대한 인식도는 10대가 나머지 연령대보다 채소가 맛이 있다고 인식하는 정도가 작았고, 20대~30대가 40대보다 맛이 있다고 인식하는 정도가 작았다($p < .001$). 여자가 남자보다 채소가 맛이 있다고 인식하는 정도가 더 컸다($p < .05$). 채소의 '식품으로서의 가치'에 대해서 보면, 40대가 10대를 제외한 나머지 연령대보다 채소가 우수한 식품이라고 인식하는 정도가 컸다($p < .05$). 남·녀별로는 남·녀 모두 채소를 우수한 식품이라고 인식하였다. 채소의 기호도를 보면, 연령대가 증가할수록 채소를 좋아하는 정도가 컸으며($p < .001$), 남·녀 모두 채소를 좋아했다. 채소의 '체형에 미치는 영향'에 대해서 보면, 모든 연령대가 채소는 몸을 살찌지 않게 하는 식품으로 인식하고 있었다. 남·녀별로 보면 여자가 남자보다 채소가 살이 찌지 않는 식품이라는 인식이 더 컸다($p < .05$). 채소의 '건강에 미치는 영향'에 대해서는 40대 이상이 30대 이하보다 긍정적으로 인식하는 정도가 더 컸다($p < .01$). 남·녀별로 보면 남·녀 모두 채소가 건강에 필요한 식품이라고 인식하였다.

'과일'의 '맛'에 대한 인식도는 모든 연령대가 과일의 맛에 대해 긍정적으로 인식하고 있었으며, 남·녀별로는 여자가 남자보다 과일의 맛이 더 좋다고 인식하였다($p < .001$). 과일의 '식품으로서의 가치'에 대해서는 모든 연령대가 우수한 식품으로 인식하였고, 여자가 남자보다 과일이 우수한 식품이라는 인식이 더 컸다($p < .01$). 과일의 기호도는 모든 연령대가 전반적으로 좋아하였으나 10대, 20대, 40대가 30대와 50대보다 과일을 더 좋아하였다($p < .05$). 남·녀별로 보면 여자가 남자보다 과일을 더 좋아하였다($p < .001$). 과일의 '체형에 미치는 영향'에 대해서는 모든 연령대가 전반적으로 과일은 살이 안 찌는 식품이라고 인식하였다($p < .05$). 남녀별로는 남·녀 모두 과일은 살이 찌지 않는 식품이라는 인식을 하고 있었다. 과일의 '건강에 미치는 영향'을

보면, 모든 연령대가 과일은 건강에 필요한 식품이라고 인식하였고 남·녀 모두 과일은 건강에 필요한 식품이라고 인식하였다.

'김치'의 '맛'에 대한 인식도는 연령대가 증가할수록 김치의 맛이 좋다고 인식하였고($p < .001$), 남·녀 모두 김치는 맛이 있다고 인식하였다. 김치의 '식품으로서의 가치'에 대해서는 연령별·성별 무관하게 모두 우수한 식품으로 인식하였다. 김치의 기호도를 보면, 10대가 다른 연령대보다 김치를 좋아하는 정도가 작았다($p < .001$). 남·녀별로 보면 남·녀 모두 김치를 좋아하였다. 김치의 '체형에 미치는 영향'에 대해서는 모든 연령대가 김치는 살이 안 찌는 식품이라고 인식하였다($p < .001$). 남·녀별로 보면 여자가 남자보다 김치가 살이 안 찌는 식품이라고 인식하는 정도가 더 컸다($p < .01$). 김치의 '건강에 미치는 영향'에 대해서는 모든 연령대가 김치는 건강에 꼭 필요한 식품으로 인식하였다. 남·녀 모두 김치가 건강에 필요한 식품이라고 인식하였다.

'우유'의 '맛'에 대한 인식도는 10대~20대가 30대~40대보다 우유의 맛에 대해 긍정적으로 인식하는 정도가 더 컸다($p < .01$). 남·녀별로 보면 남·녀 모두 우유가 맛이 있다고 인식하였다. 우유의 '식품으로서의 가치'에 대해서는 모든 연령대가 우유가 우수한 식품이라고 인식하였고, 여자가 남자보다 우유가 우수한 식품이라고 인식하는 정도가 더 컸다($p < .05$). 우유의 '기호도'를 보면 대체적으로 모든 연령대가 우유를 좋아하고 있었는데 10대가 30대~40대보다 우유를 더 좋아했다($p < .05$). 남·녀 모두 대체적으로 우유를 좋아하였다. 우유의 '체형에 미치는 영향'에 대해서는 모든 연령대가 대체적으로 우유를 약간 살이 찌는 식품이라고 인식하였으며, 남·녀 모두 우유는 약간 살이 찌는 식품이라고 인식하고 있었다. 남녀 중학생들을 대상으로 조사한 조¹²⁾의 연구에서도 우유를 약간 살이 찌는 식품으로 인식하였는데 본 조사의 10대와 같았다. 우유의 '건강에 미치는 영향'에 대해서는 모든 연령대가 우유가 건강에 필요한 식품이라고 인식하였으며, 여자가 남자보다 우유가 건강에 필요한 식품이라는 인식이 더 컸다($p < .01$).

'육가공품'의 '맛'에 대해서 긍정적인 인식은 10대가 다른 연령대에 비해 가장 컸고, 다음이 20대로 30대 이상보다 긍정적으로 인식하는 정도가 더 컸다($p < .001$). 남·녀별로 보면 남자가 여자보다 육가공품이 맛이 있다고 인식하는 정도가 더 컸다($p < .001$). 육가공품의 '식품으로서의 가치'에 대해서

는 모든 연령대가 대체적으로 부정적으로 인식하였으며 40대가 다른 연령대에 비해 부정적으로 인식하는 정도가 가장 컸다($p < .001$). 남자는 육가공품의 식품가치에 대해 보통이상의 긍정적인 인식을 하고 있었고, 여자는 보통 이하의 부정적인 인식을 하였다($p < .001$). 육가공품의 기호도를 보면, 10대, 20대순으로 연령대가 적을수록 육가공품을 좋아하는 정도가 컸으며, 특히 40대가 싫어하는 정도가 다른 연령대에 비해 컸다($p < .001$). 남·녀별로 보면 남자는 육가공품을 약간 좋아하는 경향을 보인 반면, 여자는 육가공품을 별로 좋아하지 않았다($p < .001$). 육가공품의 '체형에 미치는 영향'에 대해서는 모든 연령대가 육가공품을 살이 찌는 식품이라고 인식하고 있었으며, 여자가 남자보다 육가공품이 살이 찌는 식품이라고 인식하는 정도가 더 컸다($p < .05$). 육가공품의 '건강에 미치는 영향'에 대해서는, 모든 연령대가 육가공품의 건강에 미치는 영향에 대해 대체적으로 부정적으로 인식하고 있었으며, 30대 이상이 20대 이하보다 육가공품이 건강에 나쁜 식품이라고 인식하는 정도가 더 컸고($p < .001$), 여자가 남자보다 육가공품이 건강에 나쁜 식품이라는 인식이 더 컸다($p < .001$).

라면의 '맛'에 대한 인식도는 20대 이하가 30대 이상보다 라면이 더 맛이 있다고 인식하였으며($p < .001$), 남자가 여자보다 라면이 맛있다고 인식하는 정도가 더 컸다($p < .001$). 라면의 '식품으로서의 가치'에 대해서 모든 연령대가 대체적으로 부정적인 인식을 하였다. 남자보다 여자가 라면의 식품가치에 대해 부정적으로 인식하는 정도가 더 컸다($p < .001$). 라면의 '기호도'를 보면 20대 이하가 30대 이상보다 라면을 더 좋아하였다($p < .001$). 남녀별로는 남자가 여자보다 라면을 좋아하는 정도가 더 컸다($p < .001$). 라면의 '체형에 미치는 영향'에 대해서는 모든 연령대가 대체적으로 약간 살이 찌는 식품이라는 인식을 하였으며, 여자가 남자보다 라면이 살이 찌는 식품이라는 인식이 더 컸다($p < .01$). 라면의 '건강에 미치는 영향'에 대해서는 모든 연령대가 라면은 건강에 나쁜 식품이라는 인식을 가지고 있었으며($p < .05$), 여자가 남자보다 건강에 나쁜 식품이라는 인식이 더 컸다($p < .001$).

'피자·햄버거'의 맛에 대한 인식도는 20대 이하가 30대보다 피자·햄버거의 맛이 좋다고 인식하는 정도가 더 컸다($p < .001$) 남·녀 모두 피자·햄버거의 맛에 대해 보통 이상의 긍정적인 인식을 하고 있었다. 피자·햄버거의 '식품으로서의 가치'에 대

해서는 30대 이하는 보통이상의 긍정적인 인식을 하였던 반면에, 40대 이상은 보통이하의 부정적인 인식을 하였다($p < .001$), 남·녀별로는 남·녀 모두 보통이나 보통이하의 부정적인 인식을 하였다. 피자·햄버거의 기호도는 10대, 20대 순으로 피자, 햄버거를 좋아하였으며, 30대는 보통으로 좋아하였으며, 40대 이상은 싫어하였다($p < .001$). 남·녀별로 보면, 남·녀 모두 대체적으로 피자·햄버거를 좋아하였다. 피자·햄버거의 '체형에 미치는 영향'에 대해서는 모든 연령대가 살이 찌는 식품이라는 인식을 가지고 있었으며, 50대 이상이 40대 이하보다 피자·햄버거가 살이 찌는 식품이라는 인식이 더 강했다($p < .001$). 남·녀별로 보면 여자가 남자보다 피자·햄버거가 살이 찌는 식품이라는 인식이 더 컸다($p < .001$). 피자·햄버거의 '건강에 미치는 영향'에 대해서는 모든 연령대가 피자·햄버거가 건강에 나쁜 식품이라는 인식을 하고 있었다. 여자가 남자보다 피자·햄버거가 건강에 나쁜 식품이라는 인식이 더 컸다($p < .001$).

'탄산음료'의 '맛'에 대한 인식도는 10대와 20대는 맛있다는 정도가 크고, 30대는 보통이상으로 맛이 있다고 인식하였으며, 40대 이상은 탄산음료가 맛이 없다고 인식하였다($p < .001$). 남·녀별로 보면 남자가 여자보다 탄산음료가 맛이 있다고 인식하는 정도가 더 컸다($p < .05$). 탄산음료의 '식품으로서의 가치'에 대해서는 모든 연령대가 부정적이었지만 30대 이상이 20대 이하보다 탄산음료가 식품으로서의 가치가 없다고 인식하는 정도가 더 컸다($p < .001$). 남·녀 모두 탄산음료의 식품으로서의 가치에 대해서는 부정적이었지만 여자가 남자보다 부정적으로 인식하는 정도가 더 컸다($p < .01$). 탄산음료의 기호도는 10대와 20대는 보통이상으로 좋아하고, 30대는 보통정도로 좋아하며 40대 이상은 탄산음료를 좋아하지 않았다($p < .001$). 탄산음료의 기호도를 남·녀별로 보면 남자가 여자보다 탄산음료를 좋아하는 정도가 더 컸다($p < .01$). 탄산음료의 '체형에 미치는 영향'에 대해서는 모든 연령대가 탄산음료가 살이 찌는 식품이라고 인식하였으며, 특히 50대 이상이 탄산음료가 살이 찌는 식품이라는 인식이 40대 이하보다 컸다($p < .01$). 남·녀별로 보면 여자가 남자보다 탄산음료가 살이 찌는 식품이라는 인식이 더 컸다($p < .001$). 탄산음료의 '건강에 미치는 영향'에 대해서는 모든 연령대가 탄산음료가 건강에 나쁜 식품이라고 인식하였으며, 남·녀별로는 남·녀 모두 모두 건강에 나쁜 식품이라고 인식하였지만 여

자가 남자보다 탄산음료가 건강에 나쁜 식품이라는 인식이 더 컸다($p < .01$)

IV. 요약 및 결론

. 본 연구는 서울 지역의 중·고등학생 대학생, 학부모들을 대상으로 설문지를 사용하여 연령별·성별로 식습관, 식품의 섭취빈도, 식품의 섭취빈도와 일반사항 변인들과의 상관관계, 식품에 대한 인식도를 조사하였다.

조사결과는 다음과 같다.

1. 조사 대상자의 일반사항

조사 대상자는 남자 274명(46.5%), 여자 315명(53.5%)이었으며, 연령대별로는 10-19세 26.3%, 20-29세 24.6%, 30-39세 16.8%, 40-49세 18.7%, 50대 이상은 13.6%이었다. 조사대상자들이 인식하는 경제수준은 과반수가 중류였고, 직업은 중·고등학생 26.5%, 대학생 24.4%, 전문직 14.4%, 전업주부 13.1%, 사무직 9.7% 등이었다. 가족형태는 대부분이 핵가족이었으며 가족수는 3-4인이 가장 많았다. 교육수준은 대학교 졸업이상이 과반수였다.

2. 식습관

20대를 제외한 모든 연령대의 과반수 이상(65.2%)이 '하루 3회' 규칙적인 식사를 하고 있었지만, 20대는 '하루 2회' 먹는 비율이 다른 연령대보다 높았다. 아침에 식사를 거르는 비율이 모든 연령대(75.2%)에서 높았으며, 20대와 10대가 식사를 거르는 비율이 더 높았다. 모든 연령대가 매운맛을 가장 선호하였고, 단맛과 짠맛은 10대가 다른 연령대에 비해 선호하는 비율이 높았다. 한식형태의 식사를 하는 비율은 20대가 가장 낮았다.

3. 식품섭취빈도

밥의 섭취빈도는 20대가 다른 연령대에 비해 적게 먹었고, 라면은 10대, 20대가 많이 섭취하였으며($p < .001$), 생선은 30대 이상이 많이 섭취하였고($p < .001$), 콩, 채소, 김치, 김·미역은 50대 이상이 많이 섭취하였다. 유가공품, 햄·소시지, 탄산음료, 피자·햄버거, 사탕·초콜릿, 떡볶기·라볶기, 스낵·비스킷 등의 가공식품은 연령층이 낮을수록 많이 섭취하였으며, 특히 10대와 20대 가 많이 섭취하였다.

4. 식품의 섭취빈도와 일반사항 변인들과의 상관관계

연령이 많을수록 생선, 콩, 된장, 채소·김치 등의 한식형태의 식품섭취빈도가 많았으며, 연령이 낮을수록 우유 및 유가공품, 햄·소시지, 탄산음료, 사탕·비스킷, 햄버거, 피자, 콘플레이크, 라면, 떡볶기 등의 서구·편의식품의 섭취빈도가 많았다. 경제수준이 높을수록 유류, 생선, 과일, 유가공품, 버터·마아가린, 햄·소시지, 피자, 떡 등의 한식과 서구식의 섭취빈도는 많았으며 라면의 섭취빈도는 적었다. 교육수준이 높을수록 우유 및 유가공품, 버터·마아가린, 햄·소시지, 탄산음료, 햄버거, 피자, 콘플레이크, 라면 등의 서구·편의식품의 섭취빈도는 많았고, 콩, 된장, 채소 등의 한식형태의 식품섭취빈도는 적었다.

5. 식품에 대한 인식도

식품에 대한 인식도는 모든 연령대가 밥, 유류, 생선, 달걀, 채소, 과일, 김치에 대해서 맛이 있고, 우수한 식품이며 건강에 좋은 식품이라고 인식하였으며 기호도면에서도 긍정적인 평가를 했다. 반면에 유가공품, 라면, 피자·햄버거, 탄산음료에 대해서는 식품으로서의 가치와, 건강에 미치는 영향에 대해서는 부정적으로 인식하고 있었으며 맛과 기호도 면에서는 연령이 낮을수록 긍정적인 반응을 보였고, 연령이 높을수록 부정적인 반응을 보였다.

위의 결과를 종합해 보면 30대 이상의 식사행동은 식사횟수나 식품섭취 등에서 비교적 양호한 편인데 비하여, 10대와 20대는 식사를 불규칙적으로 하고 결식하는 비율도 높았다. 식품의 섭취도 햄·소시지, 탄산음료, 햄버거, 피자 등 가공식품류를 많이 섭취하고 있어서 앞으로 이 연령층에 영양 불균형이 초래될 수 있음을 알 수 있었다.

식품에 대한 인식도에서도 10대와 20대는 유가공품, 라면, 피자·햄버거, 탄산음료의 식품가치, 건강에 미치는 영향에 대해서는 부정적인 인식을 하는 반면, 맛과 기호도에서는 긍정적이었으며 또 실제로 많이 섭취하고 있어서 식품영양지식과 실제 식생활 태도에 많은 차이가 있음을 알 수 있었다. 이를 장기간 섭취하였을 때, 영양성 질병이 예측된다. 따라서 학교나 가정에서, 또 매스컴 등에서는 바른 영양교육으로 건강한 식생활을 할 수 있도록 지도해야 할 것이다.

참 고 문 헌

1. 최희진: 한국인의 식생활에 영향을 미치는 요인분석에 관한 연구, 이화여자대학교 석사학위논문, 1994
2. 보건복지부: 1989년도 국민영양보고, 2000
3. 한국식품연감, 1999
4. 문수재, 윤혜준, 김정현, 이양자: 한국 대학생의 편의식품에 대한 가치 구조 평가에 대한 요인 분석, 한국식생활문화학회지, 15(4):327, 2000
5. 김숙희, 유춘희, 강명희 외 4인: 가족영양학. 신평출판사, 1996
6. 이기열: 한국인의 식생활 100년 평가. 신평출판사, 2000
7. 문현경, 정해광, 조은영, 최혜미: 1989년도 국민영양조사연구에 따른 한국인의 식사양상. 한국식생활문화학회지, 7(3):271, 1992
8. 조려원: 서울 시내 남녀 중고등학생들의 식생활에 관한 연구. 고려대학교 석사학위논문, 1974
9. 이미연: 도시 근로 청소년의 식생활 및 건강상태에 관한 조사연구. 이화여자대학교 석사학위논문, 1985
10. 성명진: 춘천시내 남녀 고등학생의 식습관과 건강에 대한 관심도. 강원대학교 교육대학원 석사학위 논문, 2000
11. 홍순정: 남녀 중고등학생들의 식습관 및 기호도 조사, 연세대학교 석사학위논문, 1984
12. 조민정: 중학생의 성별·체중군별 식생활 행동 및 식품인식도 비교. 중앙대학교 석사학위논문, 2000
13. 이성희, 한국 중년남자의 식생활 행동에 관한 조사연구, 고려대학교 대학원석사학위 논문, 1988
14. 안숙자: 서울 지역 대학생들의 의식행동에 관한 연구. 한국식생활문화학회지 4(4), 1989
15. 안혜경: 남녀 중학생의 식사행동과 영양교육에 관한 연구. 중앙대학교 석사학위논문, 1994
16. 계승희, 하명주, 이행신, 윤진숙, 김초일: 총 식이조사를 위한 식품의 소비형태 및 식품섭취량 조사 연구. 한국식생활문화학회지 30(1):61, 1997
17. 정진은: 한국노인의 식품에 대한 개념연구. 한국식생활문화학회지 7(3):281~289, 1992
18. 한국영양학회: 한국인 영양 권장량(7차개정), 2000
19. 취업여성의 영양지식과 식행동, 식품기호도에 관한 연구. 한양대학교 교육대학원 석사학위 논문, 1998
20. 김정현, 이민준, 양일선, 문수재: 한국인의 식행동에 영향을 주는 요인분석. 한국식생활문화학회지 7(1):1, 1992

(2001년 6월 28일 접수)