

강원지역 일부 대학생들의 한국음식섭취와 영양지식 조사

민성희 · 박옥진*

세명대학교 한방식품영양학과, 삼성 에버랜드 조리아카데미*

(2003년 11월 3일 접수)

A Survey on the Korean Food Preference, Frequency and Nutritional Knowledge of College Students in Kangwondo Area

Sung Hee Min and Ok Jin Park*

Department of Oriental Medical Food & Nutrition, Semyung University

Samsung Everland Culinary Academy*

(Received November 3, 2003)

Abstract

The purpose of this study was to investigate the preference on Korean food and the nutritional knowledge of the college students. Self-administrated questionnaires were completed by 556 college students majoring food-related subjects in Kangwon-do area. The results were as follows :

1. Male subjects liked meat (Galbi, Bulgogi, Seolungtang) and female subjects liked Kimchi and soybean soup. Both genders, however, disliked seasoned vegetables.
2. In the frequency of taking, Kimchi had the highest rank followed by Bibimbab and Seolungtang in higher order.
3. The first choice of both family and friends eating out was Korean foods.
4. The top two reasons for selecting Korean foods were their deliciousness and availability in higher order.
5. According to this study, the establishment of standardized recipe and the different way of facing Korean foods of individuals (Koreans) are promptly required for the globalization of Korean foods.
6. The nutritional knowledge of the subjects were limited and restricted to simple facts regardless of their major.

Key Words : college students, preference on Korean foods, nutritional knowledge

I. 서론

식품에 대한 가치 및 태도는 사회, 문화와 개인의 경제 수준 및 식품에 관한 경험 정도에 따라 변화된다. 식품의 섭취 양상은 궁극적으로 신체에 어떠한 영양소를 공급하는가를 결정하게 되며 사회, 인구학적 변인, 개인의 신체적, 정신적 조건, 지역적 조건, 경제적 요인에 의해 영향을 받게 된다¹⁾. 우리 나라의 전통 음식은 우리 민족의 생활 여건에 가장 알맞

게 창안되어 우리 전통 문화와 함께 발전되어 온 한국인의 음식을 말하는 것으로 왕실, 반가의 화려했던 궁중 음식과 일반 서민의 소박한 음식, 각 지역마다 특색있게 발달한 향토음식을 말한다. 농경사회를 중심으로 발달한 전통 음식은 전통적인 대가족 중심의 생활에서 다양한 조리방법과 기술을 계승하여 현재에 이르렀다. 한국인의 식행동에 영향을 주는 요인에 대한 조사 결과 식생활에 대한 가치관이 가장 큰 영향을 미쳤으며 건강과 영양에 대한 관심

도와 교육수준, 정신건강상태가 식행동 형성에 기여함을 알 수 있다²⁾. 1980년대 이후 우리 국민의 식생활은 급속한 산업화와 소득의 향상, 여성의 사회진출 증가, 레저생활의 확대 등 외식산업이 발전될 수 있는 사회, 경제적 여건이 성숙됨에 따라 외식 지향 추세로 변화되고 있으며 수입 개방화와 국제화에 의한 외래식품이 급속히 확대되고 있는 실정이다. 외식의 목적도 다양화되면서 이제 외식 시장은 양적인 급성장 추세에서 질을 추구하는 추세로 변화되고 있다. 우리나라 도시 근로자 가구의 경우 2000년 기준으로 소비 지출의 11.5%를 외식비로 지출한다는 통계가 있다.³⁾ 대학생들은 생활뿐 아니라 전반적인 식사형태에서 학교 급식이나 가정에서 벗어나 자율적인 외식 빈도가 높아진 연령층이다⁴⁻⁶⁾. 대학생의 식습관은 현재 우리 식문화의 일부를 구성하고 있을 뿐만 아니라 미래의 식문화를 형성하고 발전시키게 될 중요한 위치에 있으므로 이들의 현재 식행동을 이해한다는 것은 앞으로 한국 성인을 대상으로 한 외식 시장의 성격과 변화 추이를 예측하는 자료가 될 수 있다고 본다. 그 동안 대학생을 대상으로 한 조사 연구는 대학생들의 식습관과 기호도 조사, 패스트푸드 이용실태 등 주로 대학생들의 부적절한 식습관과 건강과의 관계를 조사하여 영양적인 문제점을 파악한 연구들이었다⁷⁾.

본 연구에서는 대학생들의 한국 음식 섭취와 기호도에 대한 조사를 통해 한국음식의 바람직한 발전 방향을 모색하고, 외식 업계에 유용한 정보를 제공하고자 한다. 더불어 대학생들의 영양적 지식 정도를 측정하여 올바른 외식문화 선도를 위한 영양교육의 방향을 제시하고자 한다.

II. 연구 방법

1. 조사방법

본 연구에서는 대학생들의 한국 음식에 대한 의견을 조사해 보고자 강원지역 대학생을 대상으로 2001년 4월부터 5월에 걸쳐 설문 조사를 실시하였다. 총 600명의 대학생들에게 설문지를 배부하였으며 이 중 556부가 회수되어 회수율은 92.6% 였다. 설문지는 조사 대상자의 일반적인 특성, 한국 음식 선호도, 한국 음식 섭취 빈도 및 영양에 대한 지식 등으로 구성되

었다. 주/부식, 후식류 중 한국음식을 대표할 수 있는 18가지를 선정하여 5점척도로 선호도 조사를 하였다.

2. 자료분석

자료분석은 SPSS-package program을 이용하여 통계 처리하였다. 각 항목에 대한 빈도와 백분율을 구하였고, t-test, χ^2 -test 및 ANOVA를 실시하여 변수간의 유의성을 검증하였고 Duncan법으로 다중분석을 하였다.

III. 결과 및 고찰

1. 조사대상자의 일반사항

조사대상자의 평균 연령은 20.36±2.29세였으며 18-20세가 396명으로 전체의 71%에 해당하였다. 성별로는 여자가 68.3%, 남자가 31.7%의 분포를 보였다. 학생들의 거주 형태를 살펴보면 자택 통학을 하는 경우가 46.0%, 기숙사에서 생활하는 학생이 24.1%, 자취생활을 하는 학생이 29.9%로 조사되었다. 조사대상자들의 36%는 한달 평균 10-19만원, 32%는 20-29만원을 용돈으로 사용하고 있었으며,

<Table 1> General characteristics of subjects

Characteristics		Frequency(%)
Gender	Male	176(31.7)
	Female	380(68.3)
	Total	556(100.0)
Age	<18	4(0.7)
	18-20	396(71.2)
	21-25	136(24.5)
	26-30	18(3.3)
	>30	2(0.4)
	Total	556(100.0)
Type of residence	Home	256(46.0)
	Dormitory	134(24.1)
	Self boarding	166(29.9)
	Total	556(100.0)
Amounts of spending money per month (10,000won)	<10	92(16.5)
	10-19	202(36.6)
	20-29	178(32.0)
	30-39	50(9.0)
	>40	34(6.1)
	Total	556(100.0)

165%는 한달 용돈이 10만원 이하였고 30만원 이상을 쓰는 학생들도 15%로 조사되었다. 김 등⁷⁾의 연구와 비교해 볼 때 강원 지역 식품 전공 학생들은 서울 시내 학생들의 한달 용돈보다 다소 적게 지출하고 있는 것으로 보인다<표 1>.

2. 한국 음식에 대한 기호도

18가지 한국 음식에 대한 대학생들의 기호도는 <표 2>와 같다.

18가지 음식 중 남학생은 갈비를 가장 선호하였고, 그 다음으로 불고기와 설렁탕이 같은 선호도를 보였으며 김치가 그 뒤를 따랐다. 그 외에도 남학생들은 된장찌개, 삼계탕, 식혜, 떡국, 잡채 순으로 선호도가 높았다. 여학생은 김치의 선호도가 가장 높은 것으로 나타났으며 된장찌개, 갈비, 불고기, 비빔밥 순으로 선호도가 높게 나타났다. 성별에 따른 유의적인 차이를 보여 시금치 나물, 전, 불고기, 갈비, 떡국, 삼계탕, 설렁탕, 식혜, 수정과는 남학생들에게 선호도가 높은 음식으로 조사되었다. 여학생은 미역국과 약식을 남학생보다 좋아하는 것으로 조사되었으나 유의적인 차이를 보이지는 않았다. 남녀학생 모두 나물

(콩나물, 시금치 나물, 무나물)에 대한 선호도가 낮았다. 거주 형태에 따른 기호도의 차이는 <표 3>에 나타내었다. 김치, 미역국, 된장찌개의 경우 자취하는 학생들의 기호도가 자택에서 거주하거나 기숙사에서 생활하는 학생들보다 유의적으로 높았다.

3. 한국 음식 섭취 빈도

각 한국 음식의 섭취 빈도는 <표 4>와 같다. 각 음식의 월 평균 섭취 빈도는 김치의 경우 25.8회로 가장 높은 섭취 빈도를 나타내었으며, 다음으로는 된장찌개(11.3회), 미역국(7.3회)순으로 섭취빈도를 나타냈다. 거의 먹지 않는다고 응답한 비율을 보면 수정과가 20.8%였고 백김치가 12.3%, 설렁탕이 11.6%였으며 하루에 한번 이상 먹는 음식으로는 김치가 77.4%로 높은 비율을 나타내었고, 된장찌개는 한주에 2~4회 섭취하는 비율이 55.8%로 선호도가 높은 것과 일치하며 섭취빈도가 높은 것으로 나타났다. 비빔밥, 삼계탕, 설렁탕 등 일품요리에서는 비빔밥이 월 평균 5.4회로 나타났고, 설렁탕 3.8회, 삼계탕 3.6회를 차지하였다. 후식류에 속하는 떡, 약식, 수정과, 식혜 중에서는 식혜가 월 평균 4.2회를 차지하

<Table 2> Preference on Korean food of the college students

Foods	Mean ± SD			t-value
	Male	Female	Total	
Kimchi	4.52±0.86	4.43±0.90	4.46±0.88	1.04
White-kimchi	3.75±1.44	3.47±1.20	3.55±1.29	0.69
Congnamul(Seasoned Soy bean sprout)	3.76±1.11	3.66±1.24	3.69±1.20	0.92
Sigeumchi-namul(Seasoned Spinach)	3.72±1.44	3.35±1.13	3.47±1.25	3.27**
Munamul(Seasoned White radish)	3.33±1.50	3.13±1.23	3.19±1.32	1.70
Bibimbob(Rice mixed with assorted vegetable and meat)	4.23±0.98	4.17±0.91	4.19±0.93	0.69
Jabchae(Stir-fried with vegetables)	4.24±1.40	4.12±1.03	4.16±1.16	1.16
Jeon(Pan-fried)	4.06±1.28	3.73±1.05	3.83±1.14	3.19**
Bulgogi(Pan-fried beef)	4.69±1.19	4.23±1.07	4.38±1.13	4.52***
Galbi(Steamed beef rib)	4.71±0.77	4.28±1.07	4.42±1.01	4.80***
Miyukguk(Seaweed soup)	3.99±1.11	4.07±1.10	4.05±1.11	0.85
Doenjangjigae(Soy been paste stew)	4.49±0.87	4.34±1.01	4.39±0.97	1.77
Samgaetang(Young chicken with ginseng soup)	4.31±1.26	3.86±1.15	4.00±1.20	4.13***
Sullungtang(Beef born soup)	4.33±1.29	3.83±1.24	3.99±1.27	4.39***
Ddukguk(Rice-cake soup)	4.69±1.22	3.39±1.31	3.80±1.42	11.09***
Sigbye(Rice punch)	4.33±1.08	3.84±1.17	4.00±1.17	4.65***
Sujunggwa(Cinnamon punch)	3.48±1.34	3.03±1.37	3.18±1.38	3.60***
Yaksik(Flavored glutinous rice)	3.51±1.29	3.55±1.22	3.53±1.24	0.35

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

<Table 3> Preference on Korean food by residential state

Foods	Mean SD				F-value
	Home	Dormitory	Selfboarding	Total	
Kimchi	4.35±0.65 ^a	4.41±1.00 ^a	4.67±1.06 ^b	4.46±0.88	6.58**
White-kimchi	3.45±1.05	3.67±1.41	3.63±1.50	3.55±1.29	1.64
Congnamul(Seasoned soy sprout)	3.63±1.14	3.68±1.16	3.79±1.32	3.69±1.20	0.89
Sigeumchi-namul(Seasoned spinach)	3.42±1.23	3.50±1.21	3.53±1.31	3.47±1.25	0.46
Munamul(Seasoned white radish)	3.11±1.02	3.21±1.70	3.31±1.38	3.19±1.32	1.14
Bibimbob(Rice mixed with assorted vegetable and meat)	4.17±0.67	4.11±1.08	4.30±1.13	4.19±0.93	1.68
Jabchae(Stir-fried wit vegetables)	4.12±0.99	4.08±1.40	4.28±1.19	4.16±1.16	1.43
Jeon(Pan- fried)	3.80±1.05	3.86±1.12	3.85±1.28	3.83±1.14	0.16
Bulgogi(Pan-fried beef)	4.35±0.98	4.36±1.34	4.43±1.17	4.38±1.13	0.29
Galbi(Steamed beef rib)	4.29±0.81 ^a	4.52±1.07 ^b	4.53±1.20 ^b	4.42±1.01	3.69*
Miyukguk(Seaweed soup)	3.98±0.87 ^a	3.82±1.27 ^a	4.33±1.23 ^b	4.05±1.11	8.92***
Doenjangjigae(Soybean pasye stew)	4.25±0.80 ^a	4.33±1.07 ^a	4.64±1.07 ^b	4.39±0.97	8.50***
Samgaetang(Young chicken with ginseng soup)	3.86±0.90 ^a	4.15±1.44 ^b	4.11±1.37 ^{ab}	4.00±1.20	3.54*
Sullungtang(Beef born soup)	3.84±1.15 ^a	4.08±1.35 ^{ab}	4.15±1.38 ^b	3.99±1.27	3.28*
Ddukjuk(Rice-cake soup)	3.60±1.21 ^a	4.20±1.58 ^b	3.79±1.52 ^a	3.80±1.42	7.94***
Shighye(Rice punch)	3.87±1.01 ^a	4.18±1.16 ^b	4.06±1.37 ^{ab}	4.00±1.17	3.54*
Sujunggwa(Cinnamon punch)	3.06±1.19	3.29±1.37	3.26±1.63	3.18±1.38	1.59
Yaksik(Flavored glutinous rice)	3.35±1.09 ^a	3.56±1.31 ^{ab}	3.79±1.37 ^b	3.53±1.24	6.25**

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

The superscripts in the same row are significantly different at the 0.05 level

<Table 4> Frequency of Korean food

Foods	Frequency(%)					M±SD ¹⁾
	none	1-3/month	1/week	2-4/week	≥1/day	
Kimchi	0	1.1	5.9	15.6	77.4	25.80±8.182
White-kimchi	12.3	39.8	37.9	8.2	1.9	3.70±5.29
Congnamu(Seasoned soybean sprout)	1.1	13.0	66.7	18.1	1.1	5.85±5.24
Sigeumchi-namul(Seasoned spinach)	3.4	30.1	55.3	9.8	1.5	4.43±5.01
Munamul(Seasoned white radish)	7.1	37.5	44.6	9.4	1.5	4.01±5.10
Bibimbob(Rice mixed with assorted vegetables and meat)	0.7	4.8	80.0	14.4	0	5.41±4.01
Jabchae(Stir-fried with vegrtables)	0.4	21.1	68.5	10.0	0	4.45±3.73
Jeon(Pan-fried)	1.5	28.3	61.7	7.8	0.7	4.14±4.15
Bulgogi(Pan-fried beef)	0.7	7.9	73.4	16.5	1.5	5.94±5.22
Galbi(Steamed beef rib)	1.5	16.4	65.4	16.0	0.7	5.40±4.92
Miyukguk(Seaweed soup)	0.4	11.5	55.8	32.0	0.4	7.25±5.64
Doenjangjigae(Soybean paste stew)	1.1	3.7	34.1	55.8	5.2	11.34±7.05
Samgaetang(Young chicken with ginseng soup)	1.9	33.2	58.2	6.3	0.4	3.72±3.67
Sullungtang(Beef born soup)	3.7	29.3	61.5	5.2	0.4	3.64±3.45
Ddukjuk(Rice-cake soup)	11.6	31.0	46.3	11.2	0	3.84±4.27
Shighye(Rice punch)	6.7	34.5	47.2	11.2	0.4	4.03±4.51
Sujeonggwa(Cinnamin punch)	20.8	45.7	30.9	2.6	0	2.08±2.63
Yaksik(Flavored glutinous rice)	10.8	51.5	35.4	2.2	0	2.27±2.47

1) Mean ± Standard deviation

2) The mean value of eating frequency

(ex) once a month→1 once a week→4 once a day→30

<Table 5> Frequency of Korean food by gender

Foods	Frequency(%)		t-value
	Male	Female	
Kimchi	25.48 ± 8.33	25.95 ± 8.12	0.62
White kimchi	4.01 ± 5.58	3.55 ± 5.15	0.93
Congnamul(Seasoned soy bean sprout)	6.75 ± 6.47	5.44 ± 4.51	2.73**
Sigeumch-inamul(Seasoned spinach)	4.73 ± 6.00	4.29 ± 4.50	0.95
Munamul(Seasoned White radish)	4.30 ± 5.50	3.88 ± 4.91	0.88
Bibimbob(Rice mixed with assorted vgwtables and meat)	5.34 ± 3.77	5.45 ± 4.11	0.29
Jabchae(Stir-fried with vegetables)	4.18 ± 3.22	4.58 ± 3.93	1.17
Jeon(Pan- fried)	5.27 ± 5.70	3.63 ± 3.07	4.34***
Bulgogi(Pan-fried beef)	7.32 ± 6.81	5.30 ± 4.15	4.22***
Galbi(Steamed beef rib)	6.20 ± 5.80	5.03 ± 4.41	2.58*
Miyukguk(Seaweed soup)	6.76 ± 5.74	7.48 ± 5.58	1.37
Doenjangjigae(Soy bean paste stew)	11.33 ± 7.79	11.35 ± 6.68	0.025
Samgaetang(Young ckicken with ginseng soup)	3.44 ± 2.62	3.86 ± 4.06	1.24
Sullungtang(Beef bpm soup)	4.12 ± 3.27	3.42 ± 3.51	2.19*
Ddukjuk(Rice-cake soup)	5.69 ± 4.98	2.98 ± 3.58	7.18
Sighye(Rice punch)	5.45 ± 4.96	3.37 ± 4.13	5.08***
Sujeonggwa(Cinnamon punch)	2.96 ± 3.10	1.67 ± 2.28	5.43**
Yaksik(Flavored glutinous rice)	2.60 ± 2.49	2.11 ± 2.45	2.13

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

<Tble 6> Frequency of Korean food by residential status

Foods	Mean ± SD			t-value
	Male	Female	Total	
Kimchi	26.06 ± 7.78	25.19 ± 9.20	25.89 ± 7.96	0.50
White-kimchi	4.40 ± 6.04 ^a	3.22 ± 4.65 ^b	2.95 ± 4.27 ^b	4.40*
Congnamul(Seqasoned soybean sprout)	6.17 ± 5.25	6.09 ± 5.50	5.14 ± 4.95	2.09
Sigeumchi-namul(Seasoned spinach)	4.82 ± 5.37	4.58 ± 5.03	3.68 ± 4.31	2.60
Munamul(Seasoned white radish)	4.36 ± 4.84	4.05 ± 6.04	3.42 ± 4.64	1.62
Bibimbob(Rice mixed with assorted vegetable and meat)	5.30 ± 3.89	5.39 ± 3.97	5.62 ± 4.24	0.32
Jabchae(Stir-fried with vegetables)	5.06 ± 4.20 ^a	4.16 ± 3.41 ^b	3.72 ± 2.93 ^b	6.92*
Jeon(Pan-fried)	4.63 ± 4.93 ^a	3.84 ± 3.19 ^{ab}	3.60 ± 3.33 ^b	3.43*
Bulgogi(Pan-fried beef)	6.55 ± 5.59	5.38 ± 4.82	5.41 ± 4.80	3.31
Galbi(Steamed beef rib)	5.48 ± 4.63	5.13 ± 5.21	5.49 ± 5.14	0.26
Miyukguk(Seaweed soup)	7.78 ± 5.81 ^a	6.17 ± 5.07 ^b	7.27 ± 5.69 ^{ab}	3.45*
Doenjangjigae(Soybean pate stew)	12.28 ± 6.82 ^a	10.79 ± 7.87 ^{ab}	10.29 ± 6.55 ^b	4.42*
Samgaetang(Young chicken with ginseng soup)	3.87 ± 3.73	3.29 ± 2.58	3.84 ± 4.25	1.18
Sullungtang(Beef born soup)	3.63 ± 3.12 ^{ab}	4.25 ± 4.56 ^a	3.16 ± 2.80 ^b	3.54*
Ddukjuk(Rice-cake soup)	3.90 ± 4.52 ^{ab}	4.52 ± 4.26 ^a	3.20 ± 3.76 ^b	3.44*
Sighye(Rice punch)	4.11 ± 4.93	4.11 ± 4.14	3.83 ± 4.10	0.21
Sujeonggwa(Cinnamon punch)	1.98 ± 2.56	2.16 ± 2.29	2.19 ± 2.99	0.39
Yaksik(Flavored glutinous rice)	2.02 ± 2.24 ^a	2.22 ± 2.24 ^{ab}	2.70 ± 2.91 ^b	3.67*

*p<0.05

The superscripts in the same row are significantly different at the 0.05 level

였다. 남학생과 여학생의 각 한국 음식에 대한 빈도의 차이를 <표 5>에 제시하였다. 콩나물무침, 불고기, 전, 삼계탕, 수정과, 약식, 식혜, 설렁탕, 갈비를 남학생이 여학생보다 자주 섭취하는 것으로 조사되었다. 여학생들이 남학생들보다 섭취빈도가 높은 것은 김치, 비빔밥, 잡채, 떡국 등이나 유의적인 차이는 없다. 거주 형태에 따른 각 한국 음식의 섭취 빈도는 <표 6>에 제시하였는데, 전, 백김치, 된장찌개, 미역국, 잡채, 삼계탕, 약식, 설렁탕의 섭취빈도가 거주 형태에 따라 차이가 있는 것으로 나타났다. 전, 백김치, 된장찌개, 미역국, 잡채는 자택에서 통학하는 경우의 학생들이 섭취 빈도가 높았고, 삼계탕과 설렁탕은 기숙사에서 생활하는 경우에 섭취빈도가 높게 나타났다. 이로써 삼계탕과 설렁탕은 기숙사 구내 식당의 메뉴에 자주 등장하는 것으로 생각해 볼 수 있다. 손쉽게 구입할 수 있는 캔 제품의 수정과나 식혜 등이 전통 음료에 대한 새로운 소비 문화를 유도하게 되었고, 이로 인해 주거 형태에 따라 섭취 빈도에 큰 차이가 없게 나타난 것으로 생각된다. 학생들의 월 평균 용돈 사용 액수에 따른 한국

음식 섭취 빈도를 <표 7>에 제시하였다. 전, 불고기, 갈비, 미역국, 된장찌개, 삼계탕, 떡국, 수정과 등이 용돈액수에 따른 섭취빈도에 유의적인 차이를 보였다. 갈비는 300,000-390,000원의 용돈을 받는 학생이 가장 자주 섭취하는 음식이었으며 불고기는 400,000원 이상의 용돈을 받는 학생이 가장 빈도수가 높았다. 100,000원 미만의 용돈을 받는 학생들은 전, 미역국, 된장찌개, 떡국 등의 섭취빈도수가 높았으므로 조사되었다. 용돈액수는 서울시내 대학생들보다 다소 적었다⁷⁾.

4. 한국 음식에 대한 견해

1) 외식 시 한국 음식의 선택 빈도

외식시 선택하는 음식의 종류에서는 한식을 가장 선호하여, 친구와 외식하는 경우 44.2%가, 가족과 외식하는 경우에는 63.7%가 한식을 선택한다고 하였다<표 8>. 노⁸⁾는 광주지역 남녀 대학생의 외식행동에 관한 연구에서 남학생은 주로 한식을 선택하였고 여학생들은 다양한 종류의 식사를 선택한 것

<Table 7> Frequency of Korean food by spending money per month

Foods	Frequency(%)					F-value
	<100,000	100,000 ~190,000	200,000 ~290,000	300,000 ~390,000	>400,000	
Kimchi	25.07±8.83a	25.71±8.23a	26.01±8.12ab	28.70±4.27b	23.41±9.58a	2.41
White-kimchi	4.91±5.21a	3.29±4.55ab	3.81±6.11ab	2.70±3.08b	3.59±6.95ab	1.95
Congnamul(Seasoned soybean sprout)	7.07±5.36a	5.59±4.74ab	5.74±5.60ab	6.39±6.41a	3.94±3.08b	2.66
Sigeumchi-namul(Seasoned spinach)	4.96±5.53bcd	4.03±4.18ab	4.48±5.45bcd	6.17±6.52d	2.71±1.59a	3.01
Munamul(Seasoned white radish)	3.83±3.79	4.13±4.87	3.96±5.75	3.35±3.93	4.94±7.21	0.54
Bibimbob(Rice mixed with assorted vegetable and meat)	5.78±4.30	5.38±4.17	5.01±3.52	6.39±4.59	5.29±3.60	1.32
Jabchae(Stir-fried with vegetables)	5.04±4.01	4.55±3.91	4.18±3.22	4.04±3.68	4.24±4.23	1.01
Jeon(Pan-fried)	5.22±5.63a	3.89±4.19ab	4.26±3.72ab	2.83±1.48b	3.94±3.08ab	2.94*
Bulgogi(Pan-fried beef)	6.36±5.03ab	5.10±4.69a	5.68±5.02a	7.83±6.93bc	8.35±5.69c	4.98**
Galbi(Steamed beef rib)	5.35±4.62ac	4.54±3.71a	5.00±4.85a	9.74±7.13b	6.71±5.55c	12.34***
Miyukguk(Seaweed soup)	9.02±6.10a	6.87±5.74b	6.73±5.17b	7.91±5.83ab	6.41±4.89b	3.26*
Doenjangjigae(Soybean paste stew)	13.61±7.66a	11.21±7.17b	11.13±6.56b	10.39±6.89bc	8.35±5.69bc	4.28**
Samgaetang(Young chicken with ginseng soup)	4.13±4.07ab	3.07±2.61a	3.61±3.71a	5.22±4.72b	3.65±0.98a	4.33**
Sullungtang(Beef born soup)	3.33±3.48	3.72±4.49	3.81±3.98	5.09±5.50	4.41±4.15	1.52
Ddukguk(Rice -cake soup)	4.85±4.12a	3.42±3.06b	3.60±3.97ab	3.00±3.01b	4.06±4.30ab	3.12*
Sigbye(Rice-punch)	4.24±4.81	3.54±4.52	4.15±4.28	4.96±4.87	4.41±4.15	1.21
Sujeonggwa(Cinnamon Punch)	2.65±3.13a	1.62±2.01b	2.26±3.24ab	2.22±1.60ab	2.18±1.57ab	2.91*
Yaksik(Flavored glutinous rice)	2.64±3.10	2.27±2.40	2.18±2.52	1.83±1.48	2.29±1.66	0.95

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

The superscripts in the same row are significantly different at the 0.05 level

<Table 8> Favorite eating out foods with friends or family

	Eating with friends	Eating with family	χ^2 -value
Korean food	246(44.2)	354(63.7)	137.54***
Chinese food	46(8.3)	60(10.8)	
Western food	56(10.1)	64(11.5)	
Flour based meal	176(31.7)	8(1.4)	
Japanese food	0(0)	22(4.0)	
Others	32(5.7)	48(8.6)	
Total	556(100.00)	556(100.00)	

***p<0.001

으로 보아 남학생과 여학생의 기호도가 다르다고 하였으며 외식 시에는 남녀 대학생 모두 맛을 가장 중요하게 생각한다고 보고한 바 있다. 김 등⁷⁾의 연구에서도 친구와 외식시 선택하는 음식은 남녀모두 한식(53.4%)으로 본 연구결과와 일치하였다.

2) 한국 음식을 좋아하는 이유

한국 음식을 좋아하는 이유에 대해서는 35.7%가 '맛이 좋아서' 라고 응답하였고, '손쉽게 접할 수 있어서' 라고 응답한 사람이 23.2%, '한국 음식이라는 자긍심이 있어서' 라는 응답이 14.1%, '영양이 풍부해서' 가 13.7%, '소화가 잘 되서' 라고 응답한 사람이 13.3%로 조사되었다. 좋아하는 이유에 대해 남녀 학생간의 차이는 없었다(표 9). 구⁹⁾ 는 대전지역 대학생들의 조사에서 응답자의 90%가 맛이 좋아서 한국 음식을 선택한다고 보고하였고, 장¹⁰⁾ 등의 연구에서도 44.8%의 주부들이 맛이 다양하여 한국 음식을 자랑스럽게 생각한다고 보고한 바 있다. 조⁶⁾ 의 연구에서도 '좋아하는 식사형태' 에서 85.3%가

<Table 9> Reason for Korean foods preference

	Frequency (%)			χ^2 -value
	Male	Female	Total	
Abundance of nutrition	20(12.5)	52(14.3)	72(13.7)	12.59*
Availability in higher order	46(28.7)	76(20.8)	122(23.2)	
Self administration	20(12.5)	54(14.7)	74(14.1)	
Deliciousness	52(32.5)	136(37.1)	188(35.7)	
Digestible	22(13.8)	48(13.1)	70(13.3)	
Total	160(100.0)	366(100.0)	526(100.0)	

*p<0.05

한식이라 하였고 한국음식을 좋아하는 이유는 '맛이 좋아서' 와 '친숙한 맛 때문에' 가 각각 25.9%와 62.8%로 한식의 선호도는 '맛' 때문이라 평가하고 있다. 본 연구에서도 '맛이 좋아서' 가 한국 음식을 좋아하는 이유로 가장 많은 비율을 차지하고 있어 한국 음식의 선택에는 '맛' 이 가장 많은 영향을 준다고 할 수 있겠다.

3) 한국 음식의 세계화에 대한 견해

한국 음식을 세계화하기 위하여 할 일들에 대한 질문에 30.2%가 한국 음식의 표준 조리법이 확립되어야 한다고 응답하였고, 개인의 한국 음식에 대한 의식 변화가 필요하다는 응답이 24.4%, 국물이 있는 음식의 보완이 필요하다는 응답이 21.1%, 그 외 양념과 소스가 개발되어야 한다는 응답이 12.7%, 국내 외적인 홍보가 필요하다는 응답이 10.9%를 차지하였다. 남학생의 경우에는 개인의 의식 변화가 필요하다보다는 국물 음식이 보완되어야 한다는 응답이 많았으며 양념과 소스의 개발이 필요하다는 응답도 많았다(표 10). 대학생들을 대상으로 한 조⁶⁾의 연구 결과에서도 한국음식의 개선책에 대해서 '조리방법' 이 38.8%로 본 연구결과와 같은 양상을 나타내었다. 한국음식은 그 오랜 역사에도 불구하고 아직 세계적인 수준으로 평가받지 못하고 있다. 세계화에 필수적인 것은 무엇보다도 전통음식의 과학화와 체

<Table 10> Opinion for globalization of Korean foods

	Frequency (%)			χ^2 -value
	Male	Female	Total	
Change of individual thought	30(17.2)	104(27.7)	134(24.4)	14.91*
Improvement of broth food	44(25.3)	72(19.1)	116(21.1)	
Establishment of standardized recipe	58(33.3)	108(28.7)	166(30.2)	
Development of condiment and sauce	28(16.1)	42(11.2)	70(12.7)	
Marketing	12(6.9)	48(12.8)	60(10.9)	
Others	2(1.1)	2(0.5)	4(0.7)	
Total	174(100.0)	376(100.0)	550(100.0)	

*p<0.05,

계화로써 설문결과에서도 보여진 바와 같이 표준 조리법의 확립이 시급하다. 이에 대한 노력은 학계에서 계속 진행 중으로 앞으로 많은 진전이 있을 것으로 사료된다. 이의 대표적인 예로써 작년에 창립된 '한국음식연구회'는 첫 학술대회에서 '세계속의 한국음식'이란 주제를 가지고 한국음식의 분류 체계와, 영문표기, 그리고 표준 레시피에 대하여 심도 있게 토의되었다¹¹⁾. 앞으로는 실제 식음료업계에서의 실천이 필수적으로 뒤따라 주어야 할 것이다. 국물이 있는 음식의 보완에 대한 필요성에 대해서는 오래 전부터 음식물 쓰레기와 관련, 보완책이 요구되어 왔으나 아직까지 뚜렷한 개선책이 나오지 못하고 있는 실정이다. 양념과 소스 개발에 있어서는 근래 여러 식품회사에서 제품화되어 출시되고 있으나 이보다 한 단계 더 나아가 외국인의 입맛에도 맞는 다양한 한국적 소스와 양념의 개발 및 제품화로 세계화에 한 발 더 나아갈 수 있어야 할 것으로 생각된다.

5. 대학생들의 영양적 지식

우리 나라 대학생들은 어느 정도의 영양지식을 가지고 있는지 조사한 결과를 <표 11>에 제시하였다. 가장 정답률이 높은 것은 '비만'에 대한 내용으로 93.8%가 올바른 지식을 가지고 있었다. 그러나

좀 더 세부적으로 우리 몸의 영양소 대사와 관련된 '에너지 생산'이나 '영양소 저장' 등에 대한 내용에 대해서는 각각 37.5%, 18.7% 낮은 정답율을 보였다. 또한 비만과 관련된 '버터와 마가린의 열량'에 대한 질문에 대해서도 정답률이 21.7%였다. 이러한 결과를 보면 남녀 대학생들이 '비만' 자체에는 많은 관심과 어느 정도의 지식을 가지고 있지만 비만의 형성이나 영양소 관련 등에 대해서는 정확한 지식을 가지고 있지 못해 결국 부적합하고 무리한 다이어트 방법으로 사회적 문제까지 초래하게 되는 결과를 가져오는 것으로 생각한다. 'Ca 급원 식품'에 대해서도 88.8%가 정확한 지식을 가지고 있어 이와 관련한 다른 연구들과 같은 결과를 나타내었다. 전¹²⁾은 이러한 현상에 대하여 최근 마스크의 광고를 통해 특정 영양소 이름이 자주 소개되어 영양교육이 사회화 되어 가고 있는 것과 다소 관련이 있을 것으로 분석하였다. 따라서 대중매체에서는 허위나 과장광고를 자제하고 소비자들에게 정확한 정보를 전달하는데 기여해야 하며 무엇보다도 건강을 위해서는 대학생뿐 만 아니라 중 고등학교 때부터 영양소 및 비만 등에 대한 영양교육의 역할이 좀 더 강조되어야 할 것으로 생각한다.

남녀학생의 정답률은 각각 61.5%, 64.5%로 여학생이 남학생에 비해 정답률이 높았고 특히 '음식의 열량'과 '과일의 열량' 그리고 '빈혈과 철결핍' 등

<Table 11> Nutritional knowledge of the college students

	Correct answer frequency (%)			χ ² -value
	Male	Female	Total	
Calorie of butter and margarine	38(22.6)	74(21.3)	112(21.7)	0.12
Water's role in energy metabolism	114(67.9)	220(62.5)	334(64.2)	1.42
Nutrition of sugar and honey	150(89.3)	306(86.9)	456(87.7)	0.58
Cholesterol content of egg	82(48.8)	192(55.5)	274(53.3)	2.03
Calorie of foods	90(53.6)	296(84.1)	386(74.2)	55.38***
Fe deficiency & Anemia	136(81.0)	338(96.6)	474(91.5)	35.63***
Calorie of fruits	98(58.3)	290(83.3)	388(75.2)	37.96***
Dietary source of Ca	146(86.9)	316(89.8)	462(88.8)	0.94
Requirement of cholesterol	118(70.2)	210(60.0)	328(63.3)	5.12*
Preservation of nutrition	40(23.8)	62(17.7)	102(19.7)	2.67
Requirement of nutrition	128(76.2)	246(71.1)	374(72.8)	1.48
Energy production	54(32.5)	138(39.9)	192(37.5)	2.59
Obesity	156(92.9)	324(94.2)	480(93.8)	0.34
Whole nutrient foods	96(57.1)	158(45.4)	254(49.2)	6.25*

*p<0.05, ***p<0.001

에 대한 질문에 대해 유의적인 차이를 보이며 남학생에 비해 지식의 정도가 높았다.

IV. 요약 및 결론

본 연구에서는 강원도 지역의 식품 관련 학과 대학생들의 한국 음식 섭취와 기호도에 대한 조사를 통하여 한국음식의 바람직한 발전 방향을 모색하고, 외식 업계에 유용한 정보를 제공하고자 하였다.

본 연구결과를 통해 대학생들은 한식에 대한 선호도 및 섭취빈도가 높으며 한국음식의 세계화를 위한 방안에 대해서도 정확한 견해를 가지고 있는 것으로 조사되었다. 남학생들은 육류위주의 음식(갈비, 불고기, 설렁탕)에 대한 선호도가 높았고 여학생들은 김치와 된장찌개에 대한 선호도도 높았다. 나물류에 대한 선호도는 남녀 모두 낮았다. 섭취빈도에 있어서는 김치가 가장 높았고 비빔밥, 설렁탕 등의 일품요리의 빈도수가 높은 것으로 조사되었다. 외식시 선택하는 음식의 종류는 주로 한식이었으며 특히 가족과 외식시 한식 선택의 빈도수가 높았다. 한국음식을 좋아하는 이유는 '맛이 좋아서'가 가장 많았으며 '손쉽게 접할 수 있다'는 비율도 높았다. 한국음식의 세계화에 대한 견해에 대해서는 '표준 조리법의 확립'과 '개개인의 한국 음식에 대한 의식 변화'의 필요성의 시급성을 제시하였다. 대학생들의 영양지식은 식품관련학과임에도 불구하고 단편적인 지식에 치중되어 있는 것으로 조사되었다.

본 연구결과를 통해 다음의 제언을 하고자 한다. 첫째 대학생들의 한식에 대한 기호도와 섭취빈도는 높으나 육류섭취의 비중이 높은 것으로 판단되어 이에 대한 식습관의 개선이 시급하다. 김치 이외에도 다양한 식물성 식품의 한식을 좀 더 다양하게 접하고 영양적인 균형을 이룰 수 있도록 해야 한다. 둘째 한국음식의 세계화를 위해서는 급속하게 성장한 양식위주의 프랜차이즈 업장과 같이 표준조리법의 확립으로 품질의 균일과 향상이 이루어져야 할 것이다.

대학생들은 현재 성장기에 있는 외식문화를 정착 시킬 세대로서 본 연구결과와 같이 한국음식에 대한 선호도와 세계화에 대한 견해를 감안한다면 앞으로 품질향상을 통하여 외식시장에서의 한식의 발

전 및 세계화의 가능성을 기대할 수 있다.

■ 참고문헌

- 1) Moon SJ, Kim JY. A study of value evaluation for foods among college students. Korean J Diet Culture 7(1): 25-34, 1992.
- 2) Hwang HS, Sohn KH. The analysis of food preference according to region, age, and sex. Korean J Diet Culture 3(2): 177-185, 1988.
- 3) <http://www.nso.go.kr>
- 4) Oh HS, Min SH. A study on dietary attitudes of college students in Wonju area, Korean J Diet Culture 16(3): 215-224, 2001.
- 5) Lyu ES. A study on dietary behaviors of college students in Pusan. Korean J Diet Culture 8(1): 43-54, 1993.
- 6) Cho HS. A study on college students' dietary behavior and consciousness of Korean traditional food in Junlanamdo. Korean J Diet Culture 12(3): 301-308, 1997.
- 7) Kim HS, Chung CE. A study on the eating out behavior of university students in Seoul area. Korean J Diet Culture 16(2): 147-157, 2001.
- 8) Ro HK, Park KH. Meal pattern, Nutrition knowledge and food preference of rural middle school students. Korean J Diet Culture 15(5): 413-422, 2000.
- 9) Ku PJ, Lee KA. A survey on dietary habit and nutritional knowledge for elementary school children's nutritional education. Korean J Diet Culture 15(3): 201-213, 2000.
- 10) Chang KJ, Cha W. A study on self-recognized monosodium glutamate symptom complex in eating out of housewives in Incheon. J East Asian Soc Dietary Life. 10(6): 548-559, 2000.
- 11) Myung CO. Recipe standardization for Globalization of The Korean Food. Abstract of the 1st conference of Korea Food Research, p23, Seoul, 2002.
- 12) Jun SN, Ro HK. A study on eating habits and food preference of rural elementary school students. Korean J Diet Culture 13(1): 65-72, 1998.