



## 국내 가정간편식의 시장 규모, 구매 및 섭취 실태 분석의 문제점

권성욱<sup>1)</sup> · 최인주<sup>2)</sup> · 주유정<sup>3)</sup> · 윤지현<sup>4)5)†</sup>

<sup>1)</sup>서울대학교 생활과학연구소, 연구부교수, <sup>2)</sup>서일대학교 식품영양학과, 조교수, <sup>3)</sup>서울대학교 식품영양학과, 석사과정생, <sup>4)</sup>서울대학교 식품영양학과, 교수, <sup>5)</sup>서울대학교 생활과학연구소 생활&리테일센터, 겸무연구원

### Problems Encountered in Analyzing the Market Size, Purchase, and Consumption of HMR in the Republic of Korea

Sung Ok Kwon<sup>1)</sup>, Injoo Choi<sup>2)</sup>, Yoojeong Joo<sup>3)</sup>, Jihyun Yoon<sup>4)5)†</sup>

<sup>1)</sup>Associate research professor, Research Institute of Human Ecology, Seoul National University, Seoul, Korea

<sup>2)</sup>Assistant professor, Department of Food and Nutrition, Seoil University, Seoul, Korea

<sup>3)</sup>Master student, Department of Food and Nutrition, Seoul National University, Seoul, Korea

<sup>4)</sup>Professor, Department of Food and Nutrition, Seoul National University, Seoul, Korea

<sup>5)</sup>Adjunct researcher, Life & Retail Center, Research Institute of Human Ecology, Seoul National University, Seoul, Korea

#### †Corresponding author

Jihyun Yoon  
Department of Food and Nutrition,  
Seoul National University,  
1 Kwanak-ro, 1 Kwanak-gu,  
Seoul 08826, Korea

Tel: +82-2-880-8750  
Fax: +82-2-884-0305  
Email: hoonyoon@snu.ac.kr

Received: December 14, 2022  
Revised: December 26, 2022  
Accepted: December 27, 2022

#### ABSTRACT

**Objectives:** This study examined the problems encountered when analyzing the market size, purchase, and consumption of HMR (home meal replacements) in the Republic of Korea.

**Methods:** The macro data relevant to the market size and purchase status of HMR were critically summarized. The micro data retrieved from the 2019 & 2020 Korea National Health and Nutrition Examination Survey (KNHANES) were analyzed to understand the consumption of HMR.

**Results:** The Korea Agro-Fisheries & Food Trade Corporation and the Ministry of Food and Drug Administration reported the market size of HMR, whereas the Korean Rural Economic Institute and the Rural Development Administration reported the purchase expense and frequencies of HMR. Since the values on the market size and purchase status were calculated or surveyed using different scopes of HMR, there have been reliability issues for the data presented. Additionally, lack of consensus on the use of Korean terms corresponding to HMR was found to be a problem. To examine the consumption of HMR, analysis of the food intake data from KNHANES presented results with very low validity due to the inappropriate survey and coding scheme not reflecting the inclusion of new food types.

**Conclusions:** Several problematic discrepancies were encountered in the statistics on HMR. The fundamental cause of these problems was the absence of agreement on the scope of HMR and the Korean terms corresponding to it. Considering the increasing importance of HMR in Korean diets, urgent cooperative efforts are required between the government and academia to derive an agreed Korean term and establish the scope of HMR.

**KEY WORDS** nutrition surveys, ready-prepared foods, Republic of Korea, eating, statistics

## 서 론

1인 가구의 증가와 여성의 경제활동 비율의 증가로 소비자의 라이프스타일이 변화함에 따라, 음식을 준비하는 시간과 수고가 덜어지는 가정간편식에 대한 수요가 증가해 왔다[1]. 따라서 산업계와 학계, 정부 기관 모두 가정간편식에 대한 높은 관심을 보이고 있다. 산업계에서 가정간편식은 3분 카레나 삼각김밥과 같은 음식으로 시작되었지만, 시장이 커짐에 따라 국, 탕, 전, 반찬류로 다양하게 확대되었을 뿐 아니라, 지역 맛집이나 유명 셰프와도 제휴하거나 준비가 까다로운 음식의 밀키트를 제공하는 등 맛과 영양은 물론 새로운 식문화 경험을 제공해주는 방향으로 차별화되고 있다[1].

학계에서도 가정간편식에 대한 소비자 선호[2], 이용과 식습관 실태[3, 4], 영양성분 함량 모니터링 및 평가[5, 6] 등 관련한 연구들이 활발히 보고되고 있다. 이에 농림축산식품부에서는 가정간편식을 성장 가능성이 큰 식품산업 유망분야로 선정해 2022년까지 식품산업 생태계 조성, 국산농산물 사용으로 농업과의 동반성장, 취업 및 창업 지원 등으로 고용 확대라는 목표를 세운 후 지원 대책을 발표한 바 있다[7].

이렇듯 가정간편식에 대한 높은 관심과 함께 관련 보고서와 통계들이 다양하게 발표되고 있는 가운데[8-12], 실상 가정간편식의 개념과 범위가 일관성 없이 일부 유사 용어들이 혼재되어 사용되고 있는 것이 현실이다. 본 연구진이 농촌진흥청의 용역 사업으로 3년간 진행한 지역농산물을 이용한 간편식 관련 연구에서는 용역 발주기관과 연구자, 또 각 사업을 맡은 연구기관과 연구자들, 그리고 연구참여 농가 및 생산자들 사이에서 간편식을 가정간편식과 동일한 용어로 보는 견해와 훨씬 넓은 범주로 보는 견해가 공존하여 이에 따른 혼선이 지속적으로 야기되어 왔다.

2000년대 초 식품학 분야의 유명 대학인 네덜란드의 바헤닝언 대학의 연구진들이 home meal replacements (HMR)의 정의와 함께 분류 체계를 제안하면서[13], 이후 우리나라에서도 이에 대응하는 용어에 대한 연구가 수행되었다[14]. 그러나 해당 연구에서 도출한 용어인 ‘가정식사 대용식’이 사용되지 못하고 이에 대한 용어로 ‘가정간편식’, ‘간편식’이 보다 보편적으로, 그러나 여전히 명확한 개념이 부재한 상태에서 사용되고 있다.

특히, 식품 및 식생활 관련 정책을 다루는 정부 기관인 농촌진흥청, 식품의약품안전처 등에서도 이와 관련한 용어를 서로 다르게 사용하고 있어[9, 10] 관련 통계에 대한 산업 및 소비자 집단의 해석 또한 혼란스러운 것이 현실이다. 따라서 이러한 새로운 유형의 식품들이 식품 산업 및 국민 식생활에서 차지하는 비중이 급속히 커지고 있음을 생각할 때, 이러한 새로운 식품 유형에 대한 용어의 정의를 명확히 하여 산관학 모두가 일관되게 사용할 필요가 있다.

이에 본 연구에서는 가정간편식의 시장 규모와 구매 실태에 대한 정부 및 유관 기관의 공식적 통계를 분석적으로 정리하고 관련한 문제점을 도출하는 것을 목적으로 하였다. 또한 국민건강영양조사 자료를 이용하여 간편식의 섭취 실태를 분석하고자 할 때 야기되는 본원적 문제점을 파악하고자 하였다. 최종적으로 이렇게 파악한 문제점을 해결할 수 있는 방안을 제안하였다.

## 연구대상 및 방법

### 1. 분석 자료

#### 1) 가정간편식 시장 규모

한국농수산물유통공사의 ‘2019 가공식품 세분시장 현황 간편식 시장’[8]과 식품의약품안전처의 2021 식품 등의 생산실적 보도자료[9]로부터 가정간편식의 시장 규모와 관련한 매크로데이터를 수집하였다.

한국농수산물유통공사는 2010년부터 매년 가공식품 세분시장 현황 보고서를 발간하고 있다. 본 연구에서는 2019년에 발간된 ‘2019 가공식품 세분시장 현황 간편식 시장’[8]의 매크로데이터를 이용하였다.

식품의약품안전처의 식품 등의 생산실적 보고에서는 매년 식품 및 식품첨가물을 제조·가공하는 영업자가 생산실적을 생산실적보고시스템에 보고한 자료를 바탕으로 식품공전 및 식품첨가물공전의 기준에 의하여 식품 등의 생산 및 판매 현황을 작성하고 있다. 본 연구에서는 2021 식품 등의 생산실적 보도자료[9]를 이용하였다.

## 2) 가정간편식 구매 실태

농촌진흥청의 소비자패널 자료를 분석한 결과에 대한 보도자료 [10], 한국농촌경제연구원의 ‘2021 가공식품 소비자태도조사 기초분석 보고서’ [11]와 ‘2021 식품소비행태조사 기초분석보고서’ [12]로부터 소비자들의 가정간편식 구매에 관한 매크로데이터를 수집하였다.

농촌진흥청에서는 2010년부터 매년 전국 2,254가구 소비자패널을 대상으로 소비자 가계부를 조사해 농식품 소비 경향을 분석한 결과를 발표하고 있다. 본 연구에서는 2010년부터 2021년까지 작성한 소비자 가계부를 조사해 발표한 결과 중 코로나19가 발생한 2020년과 2021년의 농식품 소비 경향을 집중적으로 소개한 보도자료 [10]를 활용하였다.

가공식품에 대한 소비동향 파악 등을 목적으로 한국농수산식품유통공사에서 2011년부터 2017년까지 가공식품 소비자태도조사를 실시하였으며, 2018년부터는 한국농촌경제연구원이 동 조사를 이어 받아 매년 가구 내 식품 주 구입자 전국 2,000가구(만 19세-만 74세)를 대상으로 실시한 결과를 보고하고 있다. 본 연구에서는 ‘2021 가공식품 소비자태도조사 기초분석 보고서’ [11]를 활용하였다.

한국농촌경제연구원에서는 2013년부터 식품소비행태 통계를 구축하기 위해 식품소비행태조사를 실시하고 있으며, 2017년도 조사부터 간편식 문항을 추가하여 조사하고 있다. 본 연구에서는 ‘2021 식품소비행태조사 기초분석보고서’ [12]를 활용하였다.

## 3) 가정간편식 섭취 실태

소비자들의 가정간편식 섭취 실태를 분석하기 위해 국민건강영양조사 8기(2019년-2020년)의 영양조사 부문 식품섭취조사의 원시자료를 이용하였다. 국민건강영양조사에서는 만 1세 이상을 대상으로 1일간의 식품섭취조사를 24시간 회상법을 이용하여 실시한다. 본 연구에서는 식품섭취조사의 원시자료가 있는 대상자로 2019년 7,147명과 2020년 5,808명, 총 12,955명의 자료를 분석하였다.

## 2. 분석 내용 및 방법

가정간편식의 시장 규모 및 구매 실태와 관련하여 수집한 매크로데이터에 대하여 각 출처에서 사용한 용어의 정의 및 통계를 정리, 비교하였다. 간편식과 가정간편식을 구분해서 사용하였는지, 용어에 포함되는 범위가 어떻게 설정되었는지를 중심으로 비교하였다.

가정간편식의 섭취 실태와 관련하여 분석하고자 이용한 국민건강영양조사의 식품섭취조사 자료에는 2016년부터 ‘매식 여부’ 변수에 대한 코딩이 가정식(01), 음식업소 음식(05), 일반식품(12), 단체급식(14), 편의식품(21)으로 구분되어 있다. 국민건강영양조사 제8기 1차년도(2019) 영양조사 지침서 [15]에서는 편의식품을 “완제품, 간편식을 섭취하였거나, 완전(조리)식품과 같이 완제품에 가까운 형태를 최소한의 조리만 하면 먹을 수 있는 것을 의미”하는 것으로 설명되어 있다. 편의식품(21) 매식의 예로는 반찬가게에서 제육볶음을 사서 먹은 경우와 마트에서 구입한 양념불고기를 구워 먹은 경우나 김치전 반죽 포장제품을 구워 먹은 경우를 포함한다. 이 밖에도 유자차, 녹차티백, 커피믹스, 생강청 등의 판매제품을 재료로 사용하여 차를 조리한 경우도 편의식품의 매식으로 분류하고 있었다. 따라서 편의식품을 간편식 또는 가정간편식에 가장 가까운 식품의 분류로 추정할 수 있다.

이에 본 연구에서는 매식여부 변수가 편의식품(21)으로 코딩된 음식을 식사나 간식으로 하루에 1회 이상 섭취한 응답자를 편의식품 섭취자로 분류하였다. 그 중 아침식사, 점심식사, 저녁식사 중 1회 이상 편의식품을 섭취한 응답자를 식사로 편의식품을 섭취한 것으로, 그 외 응답자를 간식으로 편의식품을 섭취한 것으로 분류하였다. 원시데이터에 편의식품을 주된 음식으로 섭취한 것으로 코딩된 끼니나 간식에 포함된 음식을 5자리의 음식코드 중 마지막 숫자 네 자리를 활용하여 추출하였으며, 해당 음식별 1일 1회 이상 섭취한 대상자 수를 비율로 제시하였다.

## 3. 통계 분석

국민건강영양조사 자료의 통계분석은 SAS 9.4 (SAS Institute, Cary, NC, USA)의 survey procedure를 이용하여 수행하였다. 국민건강영양조사의 연도별 통합가중치와 분산추정층, 집락추출을 고려하여 분석하였다. 편의식품 섭취 여부에 따른 성, 연령, 가구 소득 등의 일반적인 특성의 차이는 빈도와 백분율로 제시하고 카이제곱 검정을 실시하였다. 모든 분

석에서 유의수준은 0.05로 하였다.

## 결 과

### 1. 가정간편식 시장 규모 분석의 현황 및 문제점

정부와 공공 기관이 발표한 가정간편식의 시장 규모에 대한 매크로데이터를 수집, 정리한 결과를 Table 1에 제시하였다. 가정간편식 시장 규모에 대해서는 한국농수산물유통공사와 식품의약품안전처가 집계하여 발표하고 있는 것으로 파악되었다.

한국농수산물유통공사의 ‘2019 가공식품 세분시장 현황 간편식시장’ 보고서 [8]에서는 식품산업통계정보시스템 [16]으로부터 즉석섭취식품과 신선편의식품에 대한 데이터가 제공되지 않아 이러한 유형의 식품은 시장 규모 산출에서 제외하고 즉석조리식품을 협의의 가정간편식으로, 즉석조리식품에 더하여 냉동간편식(만두류, 냉동핫도그, 냉동밥, 냉동까스, 냉동후라이, 냉동패티, 냉동피자, 냉동면 등)을 포함한 것을 광의의 가정간편식으로 정의하여 가정간편식의 시장 규모를 보고하였다.

이에 따르면, 협의의 가정간편식 시장 규모는 2016년 5,899억 원에서 2018년에 9,026억 원으로 53% 증가하였다. 광의의 가정간편식 시장 규모는 2016년 1조 5,145억 원에서 2018년에 2조 693억 원으로 36.6% 증가하였다. 본 보고서의 제목에는 ‘간편식시장’이라는 용어가 쓰였지만 실제 내용에서는 가정간편식 시장을 다루고 있는 것으로 보아 한국농수산물유통공사에서는 가정간편식을 간편식과 구분하지 않고 동일한 범위의 식품을 지칭하는 용어로 사용하고 있는 것으로 파악되었다.

식품의약품안전처는 2021년 식품산업의 생산실적 관련 보도자료 [9]에서 식품공전 상 [17]의 식품유형 중 신선편의식품, 즉석섭취식품, 즉석조리식품, 간편조리세트(밀키트)에 해당하는 식품, 즉 즉석섭취·편의식품류에 해당하는 식품의 생산실적을 가정간편식 생산실적으로 보고하였다. 이에 따르면, 가정간편식 생산실적은 2021년 3조 9,097억 원으로 2020년 3조 3,454억 원에 비하여 16.8% 증가하였다. 세분화된 식품유형별로는 전년 대비 2021년에 신선편의식품(샐러드, 절단 과일 등)은 3.6%, 즉석섭취식품(도시락, 김밥 등)은 9.5%, 즉석조리식품(가공밥, 국, 탕 등)은 21.4% 증가하였다. 2020년 10월에 식품 유형이 신설된 간편조리세트의 2021년도 생산실적은 538억 원으로 보고되었다.

이렇듯 두 기관에서는 가정간편식이라는 용어를 공통으로 사용하여 시장 규모와 관련한 통계를 집계, 보고하고 있으나 두 기관이 집계에 포함한 가공식품의 유형이 상이한 것이 문제점으로 파악되었다. 두 기관이 가정간편식의 범주에 공통으로 간편조리식품을 포함하였으나, 한국농수산물유통공사는 냉동간편식을, 식품의약품안전처는 신선편의식품, 즉석섭취식품, 간편조리세트를 각각 추가로 가정간편식의 범주에 포함하고 있었다.

### 2. 가정간편식 구매 실태 분석의 현황 및 문제점

정부와 공공 기관이 발표한 가정간편식의 구매 실태와 관련한 매크로데이터를 수집, 정리한 결과를 Table 2에 제시하였다. 농림축산식품부의 유관 기관인 한국농촌경제연구원과 농촌진흥청에서 각각 자체적으로 실시하는 소비자 조사 자료를 분석하여 식품들의 구매 실태를 보고하면서 가정간편식이라는 용어가 아닌 간편식이라는 용어를 사용하여 해당하는 것으

**Table 1.** Macro data on market size of home meal replacements

Source	Used Korean Term/ Used English Term	Scope	Statistics
Korea Agro-Fisheries & Food Trade Corporation (2019) <sup>1)</sup>	Gajeongganpyeonsik/ HMR	(Narrow) Ready-to-cook food	Retail market size: (2016) KRW 589.9 billion → (2018) KRW 902.6 billion
		(Broad) Ready-to-cook food and frozen convenience food	Retail market size: (2016) KRW 1,514.5 billion → (2018) KRW 2,069.3 billion
Ministry of Food and Drug Safety (2022) <sup>2)</sup>	Gajeongganpyeonsik/ HMR	Fresh-cut product, ready-to-eat food, ready-to-cook food, meal kit	Domestic production: (2020) KRW 3,345.4 billion → (2021) KRW 3,909.7 billion

HMR, home meal replacements

1) 2019 Processed food market segmentation home meal replacement market status[8]

2) 2021 Press Release Food industry production performance increased by 10.5% year-on-year in 2021[9]

**Table 2.** Macro data on home meal replacements purchases by consumers

Source	Used Korean Term/ Used English Term	Scope	Statistics
Rural Development Administration (2022) <sup>1)</sup>	Ganpyeonsik/ ready meal	Jeukseok guk/tang/jjigae, dumpling, instant porridge & soup, salad, mill kit, instant rice, other instant foods (tteokbokki, pizza, hot dogs), meatball, fried food, instant noodle, etc	Monthly expenditure per household: (2017) KRW 150,077 → (2021) KRW 235,052
Korea Rural Economic Institute (2021) <sup>2)</sup>	Ganpyeonsik/ HMR	Fresh-cut product, ready-to-eat food, ready-to-cook food (including frozen dumplings, pizza, hot dogs), meal kit	Monthly expenditure per household: (2021) KRW 159,629 Percentage of HMR on total food expenditure per household: (2020) 13.1% → (2021) 5.1%
Korea Rural Economic Institute (2021) <sup>3)</sup>	Ganpyeonsik/ HMR	Fresh-cut product, ready-to-eat food, ready-to-cook food (including frozen dumplings, pizza, hot dogs), meal kit	(2021) Percentage of HMR purchased 1 time per 2 weeks: (Fresh-cut product) 19.9% (Ready-to-eat food) 27.2% (Ready-to-cook food) 25.4% (Meal kit) 20.8%

HMR, home meal replacements

1) Press Release How has our diet changed in the two years of COVID-19?[10]

2) 2021 Consumer Attitude Survey for Processed Food[11]

3) The Consumer Behavior Survey for Food 2021[12]

로 정의한 식품의 구매 실태를 보고하고 있었다.

농촌진흥청이 정기적으로 수행하고 있는 소비자패널조사의 자료를 분석해 농식품 구매 변화를 발표한 보도자료 [10]에서는, 간편식이라는 용어를 사용하여 소비자의 구매 실태를 보고하고 있었으나 이에 대한 영문 용어로 ready meal을 제시하였다. 그리고 이에는 즉석국탕찌개, 만두, 즉석죽 및 수프류, 샐러드, 밀키트, 기타즉석식품(떡볶이, 피자, 핫도그), 즉석밥류, 완자류, 튀김류, 즉석면류, 즉석덮밥소스류 등이 포함되는 것으로 정의하였다. 가구당 월평균 간편식 구매액은 2017년 150,077원에서 2021년 235,052원으로 56.6% 증가하였으며, 구매횟수도 2017년 27회에서 2021년 34회로 증가하였다. 동 보도자료에서 2021년 기준으로 가공식품 중 간편식의 구매액 비중은 10.1%, 구매횟수 비중은 7.5%로 보고하였다.

한국농촌경제연구원에서는 두 가지 보고서에서 간편식 구매 실태를 보고하였는데, 간편식에 해당하는 영문 용어로 HMR을 제시하였다. 한국농촌경제연구원의 ‘2021 가공식품 소비자태도조사 기초분석 보고서’ [11]에서는 2021년 가구당 월평균 간편식(가정간편식과 범주가 동일함) 구매 지출액이 159,629원인 것으로 보고되었다. 이러한 구매 지출액이 거주지역별로는 수도권에서 217,515원으로 가장 높았고, 호남권에서 85,215원으로 가장 낮았다. 가구소득이 증가할수록 간편식 구매 지출액도 증가하여, 가구소득이 600만 원 이상인 경우는 227,334원으로 200만 원 이하 가구의 지출액인 112,841원의 약 2배였다. 가공식품의 20개 대분류 중 지출액 기준으로 가장 많이 구매한 품목은 육류가공품(13.4%)이었으며, 간편식, 즉 가정간편식은 6위(5.1%)를 차지하였다. 온라인을 이용하여 구입한 품목에 대한 지출액 기준으로 보면, 간편식, 즉 가정간편식의 비중이 9.5%로 3위로 나타났다. 본 보고서에서는 식품의약품안전처가 정의한 가정간편식에 해당하는 식품에 더하여 즉석조리식품의 종류로 만두/피자류(냉동만두/딤섬류, 냉동피자류/핫도그류) 등을 포함하였다.

한국농촌경제연구원의 ‘2021 식품소비행태조사 기초분석보고서’ [12]에서 간편식, 즉 가정간편식의 네 가지 유형별 구매 주기를 보고하였는데, 즉석섭취식품과 즉석조리식품의 경우 2주일에 1회 구매하는 가구의 비율이 각각 27.2%, 25.4%로 가장 높았다. 신선편의식품과 간편조리세트는 구매하지 않는 가구의 비율이 각각 31.2%, 30.9%로 가장 높았으며, 그 다음은 한 달에 1회 미만으로 23.4%, 21.8%였다.

이와 같이 소비자의 식품 구매 관련 조사를 수행하여 관련 통계를 생산하는 농림축산식품부의 유관 기관들은 모두 가정간편식이라는 용어 대신 간편식이라는 용어를 사용하고 있었지만, 동일한 간편식이라는 용어의 범주에 포함되는 식품 유형은 상이하다는 문제점을 가지고 있었다. 특히 한국농촌경제연구원의 경우, 간편식에 대응하는 영어로 HMR을 제시하면서 도 이에 대한 범주를 식품의약품안전처와 다르게 설정하여 통계를 보고하고 있었다.

### 3. 가정간편식 섭취 실태 분석의 현황 및 문제점

우리나라 국민의 가정간편식 섭취 실태를 파악하고자 제 8기(2019년, 2020년) 국민건강영양조사자료의 식품섭취조사 자료를 분석한 결과를 Table 3과 Table 4에 제시하였다. Table 3은 ‘매식 여부’ 변수가 편의식품으로 코딩된 끼니나 간식을 섭취한 분석대상자와 그렇지 않은 대상자의 인구사회학적 특성을 보여준다. Table 4는 ‘매식 여부’ 변수가 편의식품으로 코딩된 끼니나 간식에 포함된 음식을 분석한 결과이다.

전체 대상자 중에서 식사나 간식을 편의식품을 주된 음식으로 하루 1회 이상 섭취한 대상자는 52.8%로 분석되었다. 식사의 주된 음식을 편의식품으로 섭취한 대상자는 18.8%, 간식의 주된 음식을 편의식품으로 섭취한 대상자는 41.3%였다. 식사나 간식으로 편의식품을 섭취한 대상자와 섭취하지 않은 대상자 간에는 성별, 연령층의 분포에 차이가 있었으나( $P < 0.0001$ ), 지역이나 소득수준에 따른 분포에는 차이가 없었다(Table 3).

주된 음식을 편의식품으로 섭취한 것으로 코딩된 끼니에 포함된 음식을 살펴보면, 김치가 25.9%로 가장 많았으며, 그 다음으로 밥 16.6%, 컵라면 14.5%, 라면 13.7%, 시리얼 13.0%, 라면(달걀 포함) 9.9%, 미숫가루(선식) 음료 6.2%, 자장면 5.1%, 잡곡밥 4.7%, 비빔면 4.3%의 순으로 10순위 내에 면류가 다섯 개 포함되었다. 주된 음식을 편의식품으로 섭취한 것으로 코딩된 간식에 포함된 음식은 밀크커피(자판기, 커피믹스) 48.7%, 원두커피(블랙커피) 34.9%, 커피(타 먹는 커피) 4.3%, 녹차 2.8%, 컵라면 2.4%, 사과 2.0%, 시리얼 1.9%, 커피(카페라떼) 1.3%, 미숫가루(선식) 음료 1.1%, 보리차/옥수수차 1.1%로 10순위 내에 일곱 가지 음식이 음료 및 차류였다(Table 4).

**Table 3.** General characteristics of participants in the 2019-2020 Korea National Health and Nutrition Examination Survey, by consumption of convenience foods

Variables	Convenience food consumption as meals			Convenience food consumption as snacks			Convenience food consumption as meals or snacks		
	No	Yes	P-value <sup>2)</sup>	No	Yes	P-value	No	Yes	P-value
All	81.2	18.8		58.7	41.3		47.2	52.8	
Gender									
Men	49.2	53.8	0.0003	49.1	51.5	0.0140	47.8	52.2	< 0.0001
Women	50.8	46.2		50.9	48.5		52.2	47.8	
Age									
1-18 yr	14.8	20.2	< 0.0001	23.9	4.3	< 0.0001	22.5	9.9	< 0.0001
19-64 yr	68.4	70.7		62.4	77.9		61.9	74.9	
Over 65 yr	16.8	9.2		13.7	17.8		15.6	15.2	
Residence									
Urban area	84.6	87.9	0.0020	86.1	84.0	0.0106	85.6	84.9	0.4288
Rural area	15.4	12.1		13.9	16.0		14.4	15.1	
Household income <sup>1)</sup>									
Low	14.4	11.5	0.0663	13.0	15.0	0.0834	13.7	14.0	0.6221
Middle-low	24.2	24.7		24.8	23.7		25.0	23.7	
Middle-high	28.7	30.3		29.4	28.5		28.8	29.2	
High	32.7	33.5		32.8	32.8		32.4	33.2	
Meal place									
Home	95.1	97.2	0.0003	95.0	96.1	0.0255	94.5	96.3	0.0007
School/workplace	35.9	32.0	0.0050	28.3	45.1	< 0.0001	28.8	40.9	< 0.0001
Restaurant	40.9	30.0	< 0.0001	39.8	37.6	0.0450	41.6	36.4	< 0.0001
Senior center	1.0	0.4	0.0103	0.6	1.3	0.0002	0.7	1.0	0.0347
Temple/church	1.3	1.0	0.2814	1.1	1.4	0.1996	1.1	1.3	0.3970
Others	15.4	17.2	0.0764	16.4	14.8	0.0392	15.8	15.7	0.8526

%. All analyses accounted for the complex sampling design effect and appropriate sampling weights.

1) Calculated as monthly household income divided by the square root of the number of persons in the household, categorized into quantiles by age and gender.

2) P-values are the results of the Rao-Scott  $\chi^2$ -tests using a complex sample survey data analysis.

**Table 4.** Food items frequently consumed as meals or snacks reported as convenience foods in meal type: analysis of the 2019-2020 Korea National Health and Nutrition Examination Survey

Rank	Convenience food consumption as meals (n = 2,274) <sup>1)</sup>			Convenience food consumption as snacks (n = 5,420) <sup>2)</sup>		
	Food item	Food group	%	Food item	Food group	%
1	Kimchi	Kimchi	25.9	Instant coffee mix (vending machine)	Beverage	48.7
2	Rice	Cooked rice	16.6	Black coffee	Beverage	34.9
3	Ramen (cup noodles)	Noodle & dumpling	14.5	Coffee (instant coffee, sugar or creamer)	Beverage	4.3
4	Ramen	Noodle & dumpling	13.7	Green tea	Beverage	2.8
5	Cereal	Grain & potato	13.0	Ramen (cup noodles)	Noodle & dumpling	2.4
6	Ramen, egg	Noodle & dumpling	9.9	Apple	Fruits	2.0
7	Multi-grain powder drink	Beverage	6.2	Cereal	Grain & potato	1.9
8	Black bean sauce noodles	Noodle & dumpling	5.1	Coffee, cafe latte	Beverage	1.3
9	Mixed rice	Cooked rice	4.7	Multi-grain powder drink	Beverage	1.1
10	Bibim men	Noodle & dumpling	4.3	Roasted barley tea/ Oksusu cha	Beverage	1.1
11	Ramen (representative)	Noodle & dumpling	3.9	Kimchi	Kimchi	1.1
12	Apple	Fruits	3.7	Skim milk powder	Dairy & ice cream	1.1
13	Black coffee	Beverage	3.1	Mandarin orange	Fruits	1.0
14	Boiled egg	Poultry, meat & fish	2.8	Job's Tears Tea	Beverage	1.0
15	Yeolmu kimchi	Kimchi	2.8	Milk	Dairy & ice cream	1.0
16	Fried egg	Pan-fried foods	2.7	Cookies	Bread & cookies	1.0
17	Instant coffee mix (vending machine)	Beverage	2.4	Ginger tea	Beverage	0.8
18	Milk	Dairy & ice cream	2.2	Yogurt	Dairy & ice cream	0.8
19	Yogurt	Dairy & ice cream	2.2	Black tea	Beverage	0.8
20	Sliced radish kimchi	Kimchi	1.9	Herb tea	Beverage	0.6

All analyses accounted for the complex sampling design effect and appropriate sampling weights.

1) % of subjects who consumed each food item as a convenience food for meals at least once per day.

2) % of subjects who consumed each food item as a convenience food for snacks at least once per day.

이와 같은 분석 결과는 우리나라 국민의 가정간편식 섭취 실태를 보여준다고 보기에는 무리가 있다. 왜냐하면, 국민건강영양조사에서는 끼니별로 주된 음식을 기준으로 하나의 매식여부를 코딩하기에, 편의식품을 가정식이나 음식점체에서 조리된 음식과 함께 먹었을 때는 주된 음식이 어떤 것인지에 따라 다르게 분류되어 정확한 가정간편식의 섭취를 평가할 수 없었다. 예를 들어, 본 분석 결과에서 편의식품으로 섭취한 것으로 코딩된 끼니별 음식의 2순위인 쌀밥은 대부분 가정이나 음식점체에서 조리된 것이나 함께 먹은 주된 음식이 편의식품이어서 편의식품으로 코딩된 것으로 파악되었다. 또한 간식으로 섭취하는 것으로 코딩된 편의식품은 대부분 음료류였으며, 특히 밀크커피, 블랙커피, 커피(타먹는 커피)가 1-3순위로 커피류의 비중이 높았다. 이는 국민건강영양조사의 편의식품에는 가정간편식뿐 아니라 물을 부어서 제조하여 먹은 차류까지도 포함된 결과이다. 따라서 우리나라 국민의 가정간편식 섭취를 파악하는 목적으로는 현재의 국민건강영양조사의 편의식품 분류에 적지 않은 한계가 있었다.

## 고 찰

### 1. 가정간편식 관련 매크로데이터의 문제점과 개선 방안

먼저 정부와 유관 기관에서 조사, 발표하는 가정간편식 관련 매크로데이터의 근본적인 문제점은 가정간편식의 정의와 범위에 대한 합의가 없이 산출되어 그 신뢰성이 부족하다는 것이다. 본 연구 결과, 농림축산식품부의 유관 기관인 한국농수산식품유통공사, 한국농촌경제연구원, 농촌진흥청조차도 가정간편식, 간편식 등에 대한 용어를 혼용하여 쓰거나, 같은 용어를 다른 범주로 사용하고 있음이 문제점으로 드러났다.

우리나라에서 가정간편식에 대한 합의된 정의의 필요성이 학계에 제기된 것은 영문 용어 HMR의 적절한 국문 용어에 대

한 관심으로부터 비롯되었다. HMR은 home meal replacements의 약자로 2000년대 초에 외식업계 기업의 적극적인 시장 진출로 주목받기 시작한 것으로 알려져 있다[18]. 이해영 등[14]은 소비자 관점에서 HMR의 분류체계를 제안한 Costa 등[13]의 연구를 참고하여, HMR의 국문 용어로 ‘가정식사 대용식’을 제안하였고, 이를 필두로 2000년대 중반부터 한국에서의 HMR 개념을 정립하고 분류체계를 제안하는 등 일련의 HMR 관련 기초연구가 2010년대 초반까지도 발표되었다[19-21].

Costa 등[13]은 2001년에 발표한 논문에서 HMR을 “집에서 직접 만들어 차린 식사를 완전하고 신속하게 대체할 수 있도록 만들어진 1인분 또는 다인분의 포장 용기에 담겨진 주요리 혹은 주요리의 구성품을 사전에 조합하여 준비한 것 (main courses or pre-assembled main course components of a meal in single or multiple portion containers, designed to fully and speedily replace, at home, the main course of a home-made main meal)”으로 정의하고 편리성의 등급에 따라 4단계(C1, C2, C3, C4)로 분류한 후, 각각 ‘ready to eat (C1)’, ‘ready to heat (C2)’, ‘ready to end-cook (C3)’, ‘ready to cook (C4)’으로 명명하였다. 가장 편리한 HMR 제품은 C1 단계인 ready to eat으로 분류되며, “구입한 상태 그대로 섭취할 수 있는 HMR 제품”으로 섭취를 위해 별도의 사전 준비와정이 필요 없는 제품이다. 반면, ready to cook은 가장 편리하지 않은 단계인 C4에 해당하며 조리가 가능하도록 준비가 되어 있는 제품이지만 “구성품의 일부 또는 구성품의 모든 요소를 완전한 조리할 필요가 있는 HMR 제품”을 의미한다. 가열조리의 필요 여부에 따라 가열조리가 필요한 제품들이 C2와 C3 단계에 해당하는 ready to heat와 ready to end-cook으로 분류된다. Ready to heat에 포함되는 HMR 제품들이 ready to end-cook으로 분류되는 HMR 제품들보다 가열조리 시간이 짧다. 그런데 ready to end-cook에 포함되는 HMR 제품들은 가열조리 과정을 거쳐서 비로소 조리가 완료되어 섭취할 수 있는 상태가 된다는 점에서 이미 조리가 완료인 ready to heat 제품들과는 차이가 있다.

식품산업에서 HMR 시장의 성장세가 가시화되면서 2010년대 중반부터 정부출연 연구기관 등 정부 유관기관에서 발표한 문헌에서 가정간편식 또는 유사한 용어로의 간편식을 찾아볼 수 있다[22-24]. 농림축산식품부의 유관기관인 한국농수산식품유통공사[22]에서 2014년에 작성한 가공식품 소비자태도조사 보고서에서는 간편식을 “일정 공정을 거쳐 완조리가 된 요리”로 정의하고 반조리식품(열조리 직전 상태)과 즉석섭취식품(별도의 조리과정 없이 바로 섭취할 수 있는 상태)을 포함한다고 하였다. 해당 보고서에서는 간편식을 공장에서 생산된 제품으로 한정하고 대형마트나 백화점 등의 식품 매장에서 만들어 판매하는 음식을 포함하지 않았다.

한국농촌경제연구원[23]에서는 가정간편식을 2015년 식품소비행태조사의 특별주제로 선정하고 소비자의 가정간편식 소비행태에 대하여 조사·보고하였다. HMR에 해당하는 용어로 설문지에서는 간편식을 사용하였으나, 결과를 발표한 기초분석보고서에서는 가정간편식을 사용하였다. 가정간편식의 범위는 “식품소매점에서 판매하는 음식”으로 한정하였다. 또한, 가정간편식을 다시 완조리와 반조리로 구분하고 완조리에는 “(식품소매점의)매장 내에서 완조리 형태로 판매되어 바로 먹을 수 있는 음식”으로, 반조리로는 “가열 등 간단한 조리과정을 거치면 먹을 수 있도록 반조리 형태로 판매되는 음식”이 포함되도록 하였다. 완조리의 예로는 김밥, 도시락, 치킨, 피자 등이 있으며 반조리에는 각종 찌개·탕, 볶음밥, 양념육 등이 해당하였다. 단, 냉동만두 등의 일반 냉동식품과 김치 등의 밑반찬류는 가정간편식에서 제외하였으며 라면 등의 인스턴트식품도 가정간편식에 포함하지 않았다.

농촌진흥청 산하 국립농업과학원[24]에서는 식품산업 분야에서 지속적인 성장세가 예상되는 HMR 시장의 중요성에 주목하여 “가정간편식, 밥상을 디자인하다”라는 제목으로 도서를 발간하였다. 해당 도서에서는 HMR을 ‘가정간편식’으로 지칭하고 “적은 시간과 노력으로 간편하게 음식을 준비하거나 섭취할 수 있는 모든 유형의 가정식 대체식품”으로 정의하였다. 또한 가정간편식을 ready to eat (RTE), ready to heat (RTH), ready to cook (RTC), ready to prepared (RTP)의 4개 영역으로 분류하였다. 그런데, 국립농업과학원의 가정간편식 하위 분류에 포함되는 RTC는 “즉석가열식품보다 상대적으로 장시간 데우거나 간단하게 조리한 후 섭취할 수 있는 식품”으로서 냉동만두, 냉동돈까스, 냉동볶음밥 등을 포함하였다. 즉, 이 책자에서는 한국농촌경제연구원[11]과 다르게 가정간편식에 냉동식품을 포함함으로써 그 범위를 더 넓게 산정하고 있다. 또한 동 책자에서는 RTP를 ready to prepare가 아닌 ready to prepared로 기재하는 실수를 범하여 이후 동 책자를 참고한 많은 문헌에서 같은 오류를 범하는 원인을 제공하기도 하였다.

식품공전[17]에서는 가정간편식이라는 용어를 직접적으로 사용하고 있지는 않다. 2022년 12월 기준으로 식품공전에는 24개 식품군에 대하여 ‘식품별 기준 및 규격’이 제시되고 있는데 23번째 식품군인 즉석식품류는 생식류, 즉석식품·편



의식품류, 만두류의 3개 식품 유형으로 구성되어 있는데 이 중에서 즉석식품·편의식품류를 가정간편식에 해당하는 것으로 식품의약품안전처는 간주하고 있다[9]. 식품공전에서 즉석식품·편의식품류는 “소비자가 별도의 조리과정 없이 그대로 또는 단순조리과정을 거쳐 섭취할 수 있도록 제조·가공·포장한 식품”으로 정의되어 있어 이를 가정간편식에 대한 식품공전 상의 정의로 볼 수 있다. 즉석식품·편의식품류는 추가적인 조리과정의 유·무 혹은 조리과정의 단순성에 근거하여 다시 신선편의식품, 즉석섭취식품, 즉석조리식품, 간편조리세트의 총 네 개의 식품유형으로 분류되어 있다.

식품공전에서 가정간편식과 관련된 사항을 찾아볼 수 있는 것은 기타 식품류의 하위분류로서 ‘즉석섭취·편의식품’을 신설한 2007년으로 거슬러 올라간다[25]. 식품공전에 즉석섭취·편의식품에 대한 별도의 기준이 마련되면서 정부차원에서 의 간편식에 대한 관리기준이 비로소 마련된 것이라고 할 수 있다. 당시 식품의약품안전청(현 식품의약품안전처)에서는 개정 취지를 통해 식생활 패턴의 변화에 의해 즉석·편의 식품류가 급증함에 따라 이에 대한 안전관리를 위해 즉석섭취·편의식품에 대한 기준을 신설함을 밝히고 있다.

이후 2020년에는 간편조리세트를 즉석섭취·편의식품류의 식품유형으로 신설하여, 기존의 신선편의식품, 즉석섭취식품, 즉석조리식품에 이어 즉석섭취·편의식품류의 네 번째 식품유형으로 간편조리세트가 식품공전에 수록되었다[26]. 간편조리세트는 “조리되지 않은 손질된 농·축·수산물과 가공식품 등 조리 시 필요한 정량의 식재료와 양념 및 조리법으로 구성되어, 제공되는 조리법에 따라 소비자가 가정에서 간편하게 조리하여 섭취할 수 있도록 제조한 제품”으로 식품공전을 통해 관리되는 가공식품으로서의 가정간편식의 범주가 점차 확대되고 있는 것으로 볼 수 있다.

요약하면, 지난 20여 년간 HMR에 대응하는 한국어 용어와 범주에 대한 학계와 공공기관들의 의견이 다양하게 제시되어 왔다. 그리고 아직 이러한 용어에 대한 합의가 도출되지는 못했다. 그러나 최근 식품의약품안전처가 보도자료[9]를 통해 식품공전에 따른 즉석섭취·편의식품류를 가정간편식으로 발표한 것에 근거하여 앞으로 HMR에 대응하는 용어는 간편식이 아닌 가정간편식으로 통일하고, 그 범주는 식품공전상의 즉석섭취·편의식품류로 하는 것을 제안하는 바이다. 단, 가정간편식의 범주를 이렇게 정할 경우, 만두를 포함한 일부 냉동식품이 가정간편식의 범주에 들 수 없다는 단점이 있으므로, 향후 식품공전 상의 분류 체계 개선 등을 통해 시장에서 통상적으로 가정간편식으로 불리는 식품들이 제도상에서도 가정간편식으로 분류될 수 있는 방안을 논의할 것을 기대한다.

## 2. 가정간편식 섭취 실태 파악을 위한 마이크로데이터의 문제점과 개선 방안

본 연구에서는 현 체제의 국민건강영양조사 자료는 우리나라 국민의 가정간편식 섭취 실태를 파악하는데 유용하지 않은 것으로 분석되었다. 매식여부 변수가 편의식품(21)으로 코딩된 음식 자료로 분석을 시도해 보았으나 그 결과를 가정간편식의 섭취로 해석하기에는 적지 않은 한계가 있었다.

매식여부는 식사구분과 시간이 동일하면 음식별로 매식여부에 차이가 있다고 하더라도 음식마다 별도로 매식여부가 코딩되지 않고 해당 끼니 또는 간식의 전반적인 구성에 따라 주된 음식을 기준으로 하나의 값으로 코딩되고 있다. 예를 들어, 가정간편식으로 국을 끓이고 집에서 직접 조리한 불고기와 함께 먹었다면, 두 음식 중 주된 음식을 판단하여 가정식(1)이나 편의식품(21) 중 하나로 두 음식이 모두 코딩된다.

우리나라의 국민건강영양조사 제6기에서는 식사별로 ‘매식여부’를 가정에서 준비한 것, 가정에서 준비한 도시락, 이웃집/친척집/등에서 만든 것, 업체 배달 도시락, 한식(매식), 중국식(매식), 양식(매식), 일식(매식), 패스트푸드(매식), 라면 등 인스턴트 식품(매식), 분식(매식), 빵/과자(매식), 기타 매식, 학교급식, 직장급식, 유아원/유치원 급식, 직장급식, 무료급식, 노인정(노인대학) 급식, 무료급식, 사찰/교회급식, 기타 단체급식으로 구분되어 조사하였다[27]. 그러나 제7기의 시작한 2016년 조사부터는 ‘매식여부’가 가정식, 음식점소 음식, 일반식품, 단체급식, 편의식품으로 조사되어 오히려 간편식의 섭취를 더욱 파악하기 어려운 형태로 변화되었다.

매식여부 변수가 편의식품(21)으로 코딩된 조건 하에 음식코드 다섯 자리 중 첫 번째 자리의 숫자로 음식별로 사용하는 식품재료량 DB의 구분이 가능한데, 이는 해당 음식에 대한 식품 정보를 어떤 자료로부터 인용한 것인지를 나타내는 정보이다. 음식별 식품재료량 DB는 가정식(1), 산업체급식(2), 초등학교급식(3), 음식점소(4), 단일식품(5), 가정식대체(7), 중고등학교급식(8)로 구분된다. 조리 내용을 직접 조사하여 해당 내용으로 처리한 경우는 가정식(1)으로 코딩되며, 해당 음식이 하나의 식품을 조리 없이 섭취하면 단일식품(5)으로 코딩된다. 가정간편식을 조리 없이 섭취한 경우는 단일식품(5)의 DB로 연계되며, 가정간편식 제품에 물을 넣거나 다른 재료 등을 넣어서 조리해서 먹은 경우는 조리 내용을 직접 조

사하여 해당 내용을 입력한 가정식(1)으로 코딩된다. 예를 들어, 가정간편식의 하나로 즉석조리식품인 소고기볶음밥을 전자레인지로 조리하여 섭취한 경우는 단일식품(5)으로 코딩되나, 프라이팬으로 식용유 등의 추가 재료를 넣어서 조리하여 섭취한 경우는 가정식(1)로 코딩되어, 현 코딩 체계에서는 조사 자료에서 가정간편식을 분류하여 분석하는 것은 거의 불가능하다.

따라서, 가정간편식 섭취의 증가 실태를 반영하여 국민건강영양조사 식품섭취조사에서 가정간편식 섭취를 분석할 수 있도록 현 조사 체계에 대해 다음과 같은 변경을 제안하고자 한다. 첫째, 음식별 식품재료량 DB 측면에서는 단일식품(5)이나 가정식(1)으로 코딩되는 것을 간편식 및 가정간편식의 DB를 추가 신설하여 코딩하는 방안이 있다. 특히 간편조리세트의 경우는 조리되지 않은 손질된 농·축·수산물과 가공식품 등 조리할 때 필요한 정량의 식재료와 양념 및 조리법으로 구성되어, 제공되는 조리법에 따라 소비자가 가정에서 간편하게 조리하여 섭취할 수 있도록 제조한 제품으로 제품별로 식재료와 양념에 대한 데이터베이스를 구축할 수 있어 이를 이용하여 영양성분을 산출하는 방안을 마련하는 것도 가능할 것이다. 둘째, 국민건강영양조사의 매식 여부 항목의 활용성을 고려해 음식별 식품 출처를 조사하고 있는 미국 국민건강영양조사를 참고하여 음식별로 식품/음식 출처를 세분화해 조사하여 보완하는 방안도 고려해볼 수 있을 것이다.

미국의 국민건강영양조사(National Health and Nutrition Examination Survey)에서는 비연속적인 2일간의 24시간 회상법 조사에서 음식별로 식품의 구입 출처에 대해 소매점이나 슈퍼마켓, 편의점, 정보가 없는 스토어, 종업원이 있는 레스토랑, 패스트푸드/피자 레스토랑, 자판기, 푸드트럭 등 28개로 구체적으로 나누어 조사한다[28]. 영국의 국민식이영양조사(National Diet and Nutrition Survey Rolling Programme)에서는 2019년부터 비연속적인 4일간의 24시간 회상법을 자동화된 웹 기반 식이데이터 수집 도구인 Intake24를 이용하여 끼니별로 주된 음식의 구입 출처를 슈퍼마켓/소매점/주유소(가구구매), 슈퍼마켓/소매점/주유소(테이크아웃), 패스트푸드/테이크아웃점, 카페/커피숍/샌드위치가게/델리, 레스토랑/뿔, 단체급식(학교, 직장 등), 버거/칩/케밥(길거리 음식), 푸드뱅크/도시락배달, 레저센터(레크레이션, 엔터테인먼트 장소), 자판기, 기타 등으로 조사한다[29].

일본에서도 끼니별로 섭취하는 매식형태에 대해 가정식(가정에서 만든 식사나 도시락을 먹은 경우), 조리된 식품(이미 조리된 반찬을 구매하거나 배달을 시켜 가정에서 먹은 경우), 외식(음식점에서의 식사 및 가정 이외의 장소에서 배달을 시키거나 도시락을 사먹는 등 가정에서 조리를 하지 않고 먹는 장소도 가정이 아닐 경우), 학교급식(어린이집이나 유치원 급식 포함), 직장 급식(사원 식당 포함), 단일 식품(과자, 과일, 유제품, 기호음료 등의 식품만을 먹은 경우), 정제, 캡슐, 파립상의 비타민, 미네랄, 영양 음료만 먹은 경우, 아무것도 안 먹은 경우(물만 먹은 경우도 포함), 모름으로 구분하여 조사하고 있다[30]. 이와 같이 일본은 매식 행태에 관한 문항과 분류가 우리나라와 매우 유사하였고, 미국이나 영국은 식품 구입 출처에 대해 보다 상세히 조사하고 있었다. 그러나 이러한 나라들의 조사 체계에서도 우리나라의 국민건강영양조사와 마찬가지로 식품군 분류나 식품코드 체계에서 가정간편식을 파악할 수 있는 방법은 아직 없는 것으로 파악된다.

본 연구에서는 우리나라의 가정간편식 시장 규모 및 소비자의 구매 실태에 대한 매크로데이터의 현황 및 문제점을 도출하였다. 또한 현재의 국민건강영양조사 자료의 분석을 통해 가정간편식의 섭취 실태를 파악할 수 없는 한계를 보여주었다. 국민식생활에서 가정간편식이 차지하는 비중이 지속적으로 증가하고 있음을 고려할 때 이러한 문제점과 한계를 극복하기 위한 산관학의 노력이 시급하다.

## 요약 및 결론

본 연구에서는 우리나라의 가정간편식 시장 규모 및 우리나라 국민의 가정간편식 구매와 섭취 실태에 대한 매크로데이터 및 마이크로데이터의 현황 및 문제점을 파악하였다. 주요 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 가정간편식 시장 규모에 대해서는 한국농수산식품유통공사와 식품의약품안전처가 발표하고 있었다. 이 두 기관에서는 가정간편식이라는 용어를 공통으로 사용하고 있었으나, 두 기관이 집계에 이용한 가공식품 유형이 다르다는 문제점이 있었다. 두 기관이 가정간편식의 범주에 공통으로 간편조리식품을 포함하였으나, 한국농수산식품유통공사는 냉동간편식을, 식품의약품안전처는 신선편의식품, 즉석섭취식품, 간편조리세트를 각각 추가로 가정간편식의 범주에 포함하고 있었다.

둘째, 한국농촌경제연구원과 농촌진흥청에서는 각각 자체적으로 실시하는 소비자 조사 자료를 분석하여 식품들의 구매 실태를 보고하면서 가정간편식이 아닌 간편식이라는 용어를 사용하여 해당 식품의 구매 실태를 보고하고 있었다. 두 기관은 모두 농림축산식품부의 유관 기관임에도 불구하고 간편식이라는 용어의 범주에 포함되는 식품 유형을 다르게 설정하여

보고하는 문제점을 가지고 있었다. 특히 한국농촌경제연구원 등의 경우, 간편식에 대응하는 영어로 HMR을 제시하면서도 이에 대한 범주를 식품의약품안전처와 다르게 설정하여 통계를 보고하기도 하였다.

셋째, 우리나라 국민의 가정간편식 섭취 실태를 파악하고자 제 8기(2019년, 2020년) 국민건강영양조사자료의 식품섭취조사 자료를 분석한 결과, 현재의 국민건강영양조사의 조사 및 코딩 체계에서는 가정간편식 섭취 실태를 파악하는데 한계가 있음이 드러났다.

결론적으로, 우리나라의 여러 기관에서 발표하고 있는 가정간편식의 시장 규모 및 구매 실태 관련 매크로데이터에는 신뢰성과 타당성이 부족하며, 그 주요 원인은 가정간편식의 범위에 대한 기관 간 합의가 없기 때문으로 나타났다. 또한 현재의 국민건강영양조사 자료를 이용해서는 우리나라 국민의 가정간편식 섭취 실태를 제대로 파악할 수 없었다. 따라서 우리나라 국민 식생활에서의 가정간편식이 차지하는 비중이 지속적으로 증가하고 있는 현실을 고려할 때, 이러한 문제점을 해결하기 위한 노력이 필요한 시점이다. 정부와 학계가 HMR에 대응하는 용어로서의 가정간편식에 대한 정의와 범위에 대한 합의를 도출하고, 관련한 조사 및 통계가 이러한 합의에 따라 이루어지도록 노력할 것을 제안하는 바이다. 또한 우리나라 국민의 가정간편식 섭취 실태에 대한 파악을 위해서 국민건강영양조사 식품섭취조사의 조사 및 코딩 체계의 개선도 시급하다.

---

### Ethics Statement

---

This study was exempted from IRB review based on article 13 of Enforcement Rules of the Bioethics and Safety Act. The study protocol of the 2019 and 2020 Korea National Health and Nutrition Examination Survey was approved by the Institutional Review Board of Korea Disease Control and Prevention Agency (approval number: 2018-01-03-C-A, 2018-01-03-2C-A).

---

### ORCID

---

Sung Ok Kwon: <https://orcid.org/0000-0003-0527-1427>

Injoo Choi: <https://orcid.org/0000-0002-1813-8732>

Yoojeong Joo: <https://orcid.org/0000-0002-4324-0632>

Jihyun Yoon: <https://orcid.org/0000-0002-9479-9305>

---

### Conflict of Interest

---

There are no financial or other issues that might lead to conflict of interest.

---

### Funding

---

This research was supported by a grant from the Rural Development Agency (PJ015292022022).

---

### References

---

1. Lee DY. Growth of food industry from change of consumer's living environment: HMR market growth factor. *Food Sci Ind* 2017; 50(3): 33-38.
2. Woo WS, Hwang JH. Analysis of consumption preference for HMR according to single-person household. *Korean J Org Agric* 2020; 28(3): 347-365.
3. Choi MK, Park ES, Kim MH. Home meal replacement use and eating habits of adults in one-person households. *Korean J Community Nutr* 2019; 24(6): 476-484.
4. Park ES, Kim MH, Choi MK. Relationship between home meal replacement use and eating habits in Korean adults in their 20~30s. *J Korean Diet Assoc* 2019; 25(4): 269-290.

5. Lee SR, Kim SD, Kim SU, Lee YJ, Lee KA, Kim NY et al. Monitoring and assessment of nutritional content in home meal replacements (HMRs). *Korean J Food Sci Technol* 2022; 54(3): 313-319.
6. Choi IY, Yeon JY, Kim MH. Energy and nutrition evaluation per single serving package for each type of home meal replacement rice. *J Nutr Health* 2022; 55(4): 476-491.
7. Ministry of Agriculture, Food and Rural Affairs. 2021 food industry promotion plan [internet]. Ministry of Agriculture, Food and Rural Affairs; 2021 [cited 2022 Dec 4]. Available from: <https://www.mafra.go.kr/bbs/mafra/71/326735/artclView.do>.
8. Korea Agro-Fisheries & Food Trade Corporation. 2019 Processed food market segmentation home meal replacement market status. Korea Agro-Fisheries & Food Trade Corporation; 2019 Aug. Report No. 11-1543000-002872-01.
9. Ministry of Food and Drug Safety. Press Release Food industry production performance increased by 10.5% year-on-year in 2021 [Internet]. Ministry of Food and Drug Safety; 2022 [cited 2022 Dec 3]. Available from: <https://www.mfds.go.kr/>.
10. Rural Development Administration. Press release How has our diet changed in the two years of COVID-19? [internet]. Rural Development Administration; 2022 [cited 2022 Dec 4]. Available from: [https://www.rda.go.kr/board/board.do?mode=view&prgId=day\\_farmprmnInfoEntry&dataNo=100000781751](https://www.rda.go.kr/board/board.do?mode=view&prgId=day_farmprmnInfoEntry&dataNo=100000781751).
11. Lee KI, Park MS, Moon DH, Heo SY, Kang SR. 2021 Consumer Attitude Survey of Processed Food. Korea Rural Economic Institute; 2021 Dec. Report No. 11-1543000-000676-10.
12. Lee KI, Kim SH, Shin SY, Shim HH, Park IH. The Consumer Behavior Survey for Food 2021. Korea Rural Economic Institute; 2021 Dec. Report No. E16-2021.
13. Costa AIA, Dekker M, Beumer RR, Rombouts FM, Jongen WMF. A consumer-oriented classification system for home meal replacements. *Food Qual* 2001; 12(4): 229-242.
14. Lee HY, Chung L, Yang I. Conceptualizing and prospecting for home meal replacement (HMR) in Korea by Delphi technique. *J Nutr Health* 2005; 38(3): 251-258.
15. Korea Disease Control and Prevention Agency. Dietary interviewer procedures manual from the 8th Korea National Health and Nutrition Examination Survey for the 1st year (2019) [Internet]. Korea Disease Control and Prevention Agency; 2022 [cited 2022 Dec 3]. Available from: <https://knhanes.kdca.go.kr/knhanes/>.
16. Korea Agro-Fisheries & Food Trade Corporation, Food Information Statics System. Retail market size of food item [Internet]. Korea Agro-Fisheries & Food Trade Corporation; 2019 [cited 2022 Dec 10]. Available from: <https://www.atfis.or.kr/home/sales.do>.
17. Ministry of Food and Drug Safety. Food code [Internet]. Ministry of Food and Drug Safety; 2022 [cited 2022 Dec 3]. Available from: <https://various.foodsafetykorea.go.kr/fsd/#/>.
18. Choi S. HMR, what is it and how to succeed. Seoul: Jisikgonggan; 2012. p. 13-41.
19. Na JK, Kim GA. A study on the classification of home meal replacement. *Int J Tour Hosp Res* 2012; 26(1): 233-248.
20. Chung L, Lee HY, Yang I. Preference, satisfaction, and repurchase intention of consumers for home meal replacements by product categories. *Korean J Food Cook Sci* 2007; 23(3): 388-400.
21. Ju SY. Study on importance-performance analysis regarding selective attributes of home meal replacement (HMR). *J Korean Soc Food Sci Nutr* 2012; 41(11): 1639-1644.
22. Korea Agro-Fisheries & Food Trade Corporation. Consumer Attitude Survey toward Processed Food in 2014 [Internet]. Korea Agro-Fisheries & Food Trade Corporation; 2014 [cited 2022 Dec 3]. Available from: <https://www.atfis.or.kr/>.
23. Lee KI, Choi JW, Heo SY, Ban HJ, Lim SJ, Park IH et al. The Consumer Behavior Survey for Food 2015. Korea Rural Economic Institute; 2015 Dec. Report No. E16-2015.
24. Yoon Y. Home meal replacement designs a dining table. Wanju: National Academy of Agricultural Sciences; 2019. p. 11-17.
25. Ministry of Food and Drug Safety. Ministry of food and drug safety notice (No. 2007-63) [Internet]. Ministry of Food and Drug Safety; 2007 [cited 2022 Dec 3]. Available from: <https://various.foodsafetykorea.go.kr/fsd/#/>.
26. Ministry of Food and Drug Safety. Ministry of food and drug safety notice (No. 2020-98) [Internet]. Ministry of Food and Drug Safety; 2020 [cited 2022 Dec 3]. Available from: <https://various.foodsafetykorea.go.kr/fsd/#/>.
27. Korea Disease Control and Prevention Agency. Guidelines for the use of raw data from the 6th Korean National Health and Nutrition Examination Survey (2015) [Internet]. Korea Disease Control and Prevention Agency; 2022 [cited 2022 Dec 3]. Available from: <https://knhanes.kdca.go.kr/knhanes/>.
28. Centers for Disease Control and Prevention. National Health and Nutrition Examination Survey 2017-2018 data documentation, codebook, and frequencies [Internet]. Centers for Disease Control and Prevention; 2022 [cited 2022 Dec 3]. Available from: [https://www.cdc.gov/Nchs/Nhanes/2017-2018/DR1IFF\\_J.htm](https://www.cdc.gov/Nchs/Nhanes/2017-2018/DR1IFF_J.htm).
29. Venables MC, Roberts C, Nicholson S, Bates B, Jones KS, Ashford R et al. Data resource profile: United Kingdom National Diet and Nutrition Survey Rolling Programme (2008-19). *Int J Epidemiol* 2022; 51(4): e143-e155.
30. Ministry of Health, Labor and Welfare. The report of the National Health and Nutrition Survey, 2019 [Internet]. Ministry of Health, Labor and Welfare; 2022 [cited 2022 Dec 4]. Available from: <https://www.nibiohn.go.jp/eiken/kenkounippon21/en/eiyouchousa/index.html>.