

안 홍 석 교수지도
석사학위 청구논문

고등학생의 패스트푸드이용횟수에
따른 식생활 행동 및
영양지식수준 비교

2011

성신여자대학교 교육대학원
교육학과 영양교육전공
홍 경 익

고등학생의 패스트푸드이용횟수에
따른 식생활 행동 및
영양지식수준 비교

안 홍 석 교수지도

이 논문을 석사학위논문으로 제출함

2010년 11월

성신여자대학교 교육대학원
교육학과 영양교육전공
홍 경 익

논문개요

본 연구는 고등학생의 패스트푸드 이용실태, 식생활 습관, 식사습관, 영양지식, 영양표시제 고려여부와 관련지식, 영양교육 필요성에 대한 인식을 조사하여, 패스트푸드 이용 횟수에 따른 이들 변수의 차이가 있는지 알아보고자 하였다. 본 연구대상자는 경기도 부천지역에 소재하는 일반계 고등학교의 1, 2, 3학년 학생 488명이었고, 패스트푸드 이용횟수에 따라 자주이용자(일주일에 1-2회 이상), 보통이용자(한 달에 2-3회 이상), 비 이용자(한 달에 1회 이하)로 나누어 분석하였다.

패스트푸드를 이용하는 날은 친구 만날 때가 32.5%로 가장 높았다. 패스트푸드를 습관적으로 이용한다는 의견이 자주이용자의 31.7%가 보통이용자 9.8%와 비 이용자 7.1%보다 높았으며, 비 이용자의 경우 특별한 날에만 먹는다는 의견이 27.0%로 높게 나타나 보통이용자의 16.6%와, 자주이용자 8.1%보다 자주 먹지 않는 습관을 보여주어 유의미한 차이를 보였다($p < 0.001$). 패스트푸드를 자주 이용하는 요일은 일요일 또는 공휴일에 이용한다는 의견이 40.5%로 가장 많았으며, 자주이용자가 요일에 관계없이 이용한다는 의견이 42.6%로 보통이용자 25.8%와 비 이용자 30.9%와 비교해 많은 것으로 유의미한 차이를 보였다($p < 0.001$). 또한 패스트푸드를 자주 이용하는 시간은 점심시간이 53.3%로 가장 높았다.

패스트푸드 선택의 이유를 살펴보면 맛 48.0%, 먹기 간편해서 25.3%, 가격이 적당해서 10.1% 등의 순이며, 맛이 좋아서 선택한다는 의견이 자주이용자 51.3%와 보통이용자 55.3%로 비 이용자의 35.8%보다 높아 차이를 보였다($p < 0.01$). 또한 패스트푸드 선택 시 영향을 주는 요인은 매스컴 44.9%, 친구 34.4%, 인터넷/신문/잡지 14.1% 등의 순이었다. 패스트푸드 구매 시 고려사항으로는 맛 48.7%, 가격 25.8% 순으로 나타났다.

패스트푸드 이용 횟수에 따른 패스트푸드의 선호도는 아이스크림>치킨>피자>감자튀김>라면>햄버거>탄산음료>도넛>핫도그의 순이었다. 전체적으로 모든 패스트푸드의 선호도 점수는 3.30이상(5점 척도)으로 보통 이상으로 좋아하는 것을 알 수 있었으며, 패스트푸드의 이용횟수가 많을수록 모든 종류의 패스트푸드 선호도가 높았다.

패스트푸드 이용횟수에 따른 조사대상자의 일반적 특성은 학년과 성별, 어머니의 직업에서만 차이를 보였다. 조사대상자의 학년은 고등학교 3학년이 45.9%, 2학년 27.6%, 1학년 26.2%으로 집계되었으며 자주 이용자 46.6%와, 보통이용자 52.4%는 3학년이 많았으며, 비 이용자는 34.8%로 2학년이 가장 많은 것으로 유의미한 차이를 보였다($p<0.05$). 성별에서는 남학생 43.9%, 여학생 56.1%로 집계되었고 패스트푸드 이용횟수에서는 여학생에서 자주이용자 63.8%가 보통이용자 54.9%와 비 이용자 49.7%보다 많았고 남학생의 경우는 비 이용자 50.3%가 자주이용자 36.2%보다 높게 나타나 여학생이 패스트푸드의 이용횟수가 더 많은 것을 알 수 있었다($p<0.05$). 어머니의 직업은 전체적으로 무직(주부포함)이 30.3% 가장 높았으며, 어머니가 주부일 경우 보통이용자의 42.0%와 비 이용자 33.0%가 자주이용자 27.7%보다 많은 것으로 유의미한 차이를 보였다.($p<0.05$).

조사대상자의 일반적 특성 중 학생의 한 달 용돈은 3-5만원 미만 32.5%이 가장 많았다. 5만 원 이상인 경우는 자주이용자 23.9%와 보통이용자 23.0%가 비 이용자 19.4%보다 높아 학생의 한 달 용돈이 많은 경우패스트푸드를 이용하는 횟수가 많다는 것을 알 수 있다($p<0.01$).

식생활 전체 습관에서는 전체평균이 53.10점(총점 85점)으로, 자주 이용자의 경우 51.38점, 보통이용자 53.64점, 비 이용자 54.32점으로 패스트푸드를 적게 이용하는 집단일수록 식생활습관에 대한 점수가 높다는 것을 알 수 있다. 이를 하위요인 별로 살펴보면 먼저 짠 음식과 기름진 음식을 적게 먹는다는 생활습관에서 차이를 보였다. 자주 이용자의 경우 2.77점(5점 척도), 보통이용자 2.99

점, 비 이용자 3.15점으로 비이용자가 훨씬 담백한 음식을 먹는 습관을 갖고 있는 것으로 유의미한 차이를 보였다($p < 0.001$).

식사습관 중 결식여부에서는 비 이용자의 경우 결식을 하지 않는다 53.0%가 자주이용자의 46.9%와 보통이용자 35.1%보다 높아 패스트푸드를 많이 이용할 수록 결식횟수가 많다는 것을 알 수 있다. ($p < 0.05$). 외식횟수에서는 외식을 거의 안 한다는 항목에서 비 이용자의 44.7%가 자주이용자 37.3%와 보통이용자 30.7%보다 높았다($p < 0.05$). 간식의 횟수에서 ‘거의 안 먹는다’는 항목에서는 비 이용자의 31.8%가 자주이용자 12.8%와 보통이용자 17.6%보다 높아 패스트푸드를 즐겨먹는 집단일수록 간식도 즐겨 먹는다는 것을 알 수 있으며, 유의미한 차이를 보였다($p < 0.001$).

패스트푸드 이용횟수에 따른 영양지식에 대한 정답률에서는 ‘가끔 하는 술과 담배는 스트레스 해소에 도움이 돼서 괜찮다’가 56.9%로 가장 높은 정답률을 보였으며, 자주이용자 62.9%와 보통이용자 61.4%가 비 이용자 45.1%보다 높은 점수를 나타내 유의미한 차이를 보였다($p < 0.01$). 또한 ‘간식으로는 과자, 사탕 보다는 신선한 과일이나 우유가 좋다’항목에서는 71.0%의 높은 정답률을 보였으며, 자주이용자의 75.5%와 보통이용자 76.3%가 비 이용자 60.2%보다 정답률이 높아 유의미한 차이를 보였다($p < 0.01$).

패스트푸드 이용횟수에 따른 영양표시제에 대한 고려여부에서는 ‘그렇다’가 71.8%로 가장 높았으며, 이유는 영양소의 성분확인이 31.8%, 체중관리 25.8%, 몸에 해로운 성분이 있는지 알아보기 위해 21.6%의 순이었다. 가장 중요하게 생각하는 요인으로는 열량 34.0%, 지방 18.6%, 트랜스지방 14.4%의 순이었다.

패스트푸드 이용횟수에 따른 영양교육필요성에 대한 인식에서 ‘매우 건강하다’의 경우 자주이용자의 6.0%와 보통이용자 8.2%가 비 이용자 17.3%보다 낮아 패스트푸드를 즐겨먹는 집단 일 경우가 자신의 건강이 더 좋지 않다고 인식하고 있는 것을 알 수 있다($p < 0.01$). 패스트푸드에 관한 영양교육을 받은 경험의 유무에서는 없다고 응답한 경우가 64.9%였고, 영양교육에 대한 필요성에

서는 보통이다 40.3%, 필요하다 34.4%, 매우 필요하다 14.3%순이었다. 패스트푸드관련 영양교육 시 교육을 받을 의향에서는 보통이다 48.3%, 받고 싶다 20.0%, 받고 싶지 않다 19.0%순이었다. 영양교육프로그램의 도움 정도는 보통이다 45.0%, 도움이 된다 31.0%로 나타났다. 이처럼 대부분은 영양교육에 대한 인식을 보통 또는 그 이상의 긍정적인 영향을 미치는 것으로 응답하였다.

패스트푸드 이용횟수와 식생활습관점수에서 부의 상관관계를 보였는데, 이는 패스트푸드를 이용하는 횟수가 적을수록 식생활습관의 점수가 높다는 것을 알 수 있다($r=-0.122$, $p<0.05$). 이상의 결과로 볼 때, 바람직한 식생활 습관을 가질수록 패스트푸드 이용 횟수가 적다는 것을 알 수 있다. 반면 영양지식에 있어서는 패스트푸드 이용횟수가 높은 집단에서 영양지식 점수가 높게 나온 것을 볼 수 있다. 이는 영양지식은 있지만 실생활에서 실천하지 않는 것을 보여주는 예로써 실천 가능한 현장 중심 교육이 필요함을 나타낸다. 따라서 평소에 체계적인 영양교육을 통해서 맛보다는 건강을 고려하여 식품을 선택 할 수 있도록 해야 할 것이다.

목 차

논문 개요

I. 서 론	1
II. 연구 대상 및 방법	3
1. 연구대상 및 기간	3
2. 연구내용 및 방법	3
1) 일반적 사항	3
2) 패스트푸드 이용실태	4
3) 식생활 습관	4
4) 식사습관	5
5) 영양지식	5
3. 자료 분석방법	6
III. 연구결과 및 고찰	7
1. 패스트푸드 이용실태	7
2. 패스트푸드 이용횟수에 따른 일반적 사항	18
1) 패스트푸드 이용횟수에 따른 나이, 신장, 체중 및 BMI	18
2) 패스트푸드 이용횟수에 따른 일반적 특성	19
3. 패스트푸드 이용횟수에 따른 식생활 습관	23
4. 패스트푸드 이용횟수에 따른 패스트푸드에 대한 인식	27
5. 패스트푸드 이용횟수에 따른 식사습관	28
6. 패스트푸드 이용횟수에 따른 외식	30
7. 패스트푸드 이용수에 따른 영양지식	32

8. 패스트푸드 이용횟수에 따른 영양표시제 고려여부 34

IV. 변수간의 상관관계 39

V. 요약 및 결론 40

참고문헌
ABSTRACT
부 록(설문지)

List of Tables

Table1. The frequency of using fast food for thous surveyed	8
Table2 .The use of fast food according to frequency of using fast food	10
Table3. The choice of fast food according to frequency of using fast food	12
Table4. The intake of fast food according to frequency of using fast food	15
Table5. The proper cost of fast food according to frequency of using fast food	16
Table6. The preferences of fast food according to frequency of using fast food	17
Table7. The age, height, weigh and BMI according to frequency of using fast food	18
Table8-1. The general propensity according to frequency of using fast food	20
Table8-2. The general propensity according to count of using fast food	22
Table9. The eating habits according to frequency of using fast food ·	23
Table10. The eating habits per topic according to frequency of using fast food	26
Table11. The cognition of fast food	27
Table12. The eating habits according to frequency of using fast food	29

Table13. The eating out according to frequency of using fast food	30
Table14. The refreshments according to frequency of using fast food.....	31
Table15. The nutritional knowledge according to frequency of using fast food	32
Table16. The correct answer percent of nutritional knowledge according to frequency of using fast food	33
Table17. The consideration of nutrition labeling	35
Table18. The knowledge about the nutrition labeling	36
Table19. The awareness of necessity for nutritional education	38
Table20. The correlation between The count of using fast food and each variable	39

List of Figures

figure1. The gender according to frequency of using fast food	21
figure2. The eating habits according to frequency of using fast food	25

I. 서 론

외식산업의 발달과 더불어 패스트푸드도 빠르게 번창하였으며, 입맛의 서구화, 편리성, 소비문화의 추구 등으로 패스트푸드의 이용이 증가하고 있는 실정이다(Park 2008). 최근 건강하고 행복한 삶에 대한 관심이 증가하고 있는데 이는 소득 수준이 높아짐에 따라 건전하고 건강한 삶을 위한 소비 방안을 모색하는 경향이라고 볼 수 있다.(Cho 2006) 이처럼 간편함을 추구 하지만, 건강한 식생활을 누리기 위한 소비자의 요구 또한 무시할 수 없게 되었다.

패스트푸드의 잘못된 선택은 영양 불균형으로 건강에 위협을 줄 수 있다. 외국에서는 이미 오래전에 햄버거 식사가 열량과잉과 불균형 된 영양섭취로 인한 심각한 영양문제의 발생이 우려된다고 보고하였고(Chen & Lachance 1974), 전반적으로 포화지방산과 Na 함량이 높으며, 과일, 채소 및 전곡류 식품이 절대적으로 부족하다고 하였다(Appledorf 등 1979). 또한 영양가가 낮은 외식은 부적절한 영양(Ca, vitaminA, B6, C) 상태를 초래하고, 식품가지수의 제한, 저 영양 밀도 및 개인차를 고려하지 않은 1인분 양의 표준화 등으로 인한 문제점을 지적하였다(Ries 등 1987). 특히 중·고등학생은 동물성식품이나 탄산음료가 주된 패스트푸드를 선호하는 경향이 커서 영양불균형 또는 동물성 지방과 단백질이 편중된 식사를 하기 쉽다고 우려하였다(Shannon & Parks 1980; Lyu 2007).

최근 패스트푸드의 안전성에 대한 논란이 계속 되면서, 국내 패스트푸드 업계에서는 웰빙트렌드를 반영한 메뉴를 개발하였으나 여전히 전통적인 햄버거류의 매출액이 상위를 차지하고 있음이 보도되고 있다(한국경제 2004; 연합뉴스 2005). 이처럼 다양한 패스트푸드의 확대로 제품을 선택에 있어서 올바른 정보와 교육이 필요한 실정이다.

패스트푸드 외식행동에 관한 실태 조사(Song 2006)에 의하면 근래 우리나라

는 핵가족화 현상으로 가족단위의 외식이 늘어나는 것을 볼 수 있다. 또한 가족단위의 외식이 증가하면서 고객 중 아동, 청소년이 차지하는 비중이 높아지고 있음을 보여주었다.

청소년기는 성장과 발달과정에 있어서 신체적, 정신적 성숙이 급격히 이루어지는 제 2의 성장기로서, 영양 요구량이 상당히 많은 시기이다. 또한 자아의식이 보다 발달하게 되어 바쁜 학교생활과 부모의 관리 하에서 벗어나고자 하는 이들의 특징은 또래 집단끼리의 사회생활에 있어서 군집 행동 및 즉흥적 행동을 잘하는 것으로 알려지고 있다(Jeong 외 2001). 바쁜 일과에 쫓겨 결식이 잦고 간식과 외식의 의존도가 높은 청소년들은 영양에 대한 지식부족으로 맛에 의존해서 식품을 선택하고 용돈이 제한되어 있기 때문에 식품을 선택할 때 자연히 저렴하면서도 기호성과 편이성이 높은 패스트푸드 이용률이 나날이 높아 가고 있다(Park 2008). 한번 형성된 식습관과 기호도는 좀처럼 바꾸기 어렵다. (Jeffery & French 1999)는 계속되는 패스트푸드의 과다섭취가 에너지 필요량이 줄어드는 성인기에 체중 증가의 위험을 가져올 수 있다고 하였다. 이처럼 청소년기의 올바른 생활습관과 영양지식으로 바른 식습관과 식품 기호를 형성하는 일은 추후에 성인이 되었을 때 건강에 중요한 영향을 미친다.

초등학생(Shin 2007, Han 2008) 및 중학생(Choi 2008, Kim 2009) 등 저학년을 대상으로 한 패스트푸드의 이용실태 및 식행동에 관련된 연구는 꾸준히 행해졌으나, 실제로 이용이 많은 고등학생을 대상으로 한 연구는 많지 않다. 이에 본 연구에서는 경기도 지역 고등학생의 패스트푸드 소비실태를 알아보고자 하였다. 패스트푸드 이용횟수에 따른 식생활 행동과 영양지식, 영양표시제관련 지식 등을 조사함으로써 청소년기 식생활의 문제점을 파악하여 패스트푸드에 관한 영양 교육 프로그램과 영양표시제 정착에 필요한 기초자료를 제공하고자 한다.

II. 연구대상 및 방법

1. 연구대상 및 기간

본 연구는 경기도 부천시지역의 일반계 고등학교 1, 2, 3학년 학생들을 대상으로 2010년 9월 6일부터 9월 10일까지 설문조사를 실시하였다. 방법은 직접 설문지에 기록하는 직접기입법을 이용하였다. 설문지는 총 550부를 배부하여 520부를 회수하였으며, 회수된 설문지 중 불성실하게 응답한 설문지를 제외한 488부(남 214명, 여 274명)를 최종분석에 활용하였다.

2. 연구 내용 및 방법

본 조사에 사용된 설문지는(Jeong 2001), (Park 2005), (Han 2008) 등 선행연구에서 사용된 평가 항목을 활용하여 연구목적에 적합하도록 재구성하였다. 설문지에 포함된 문항은 기본사항을 제외하고는 주로 객관식 문항으로 구성하였으며, 일반사항 9문항, 패스트푸드 이용실태 18문항, 식생활 습관 17문항, 영양지식 10문항, 식사습관 7문항, 영양표시제 고려여부 4문항, 영양표시제 관련지식 5문항, 영양교육필요성에 대한 인식 8문항으로 구성하였다.

한편 패스트푸드 이용횟수에 따라 자주이용자(일주일에 1-2회 이상), 보통이용자(한 달에 2-3회 이상), 비 이용자(한 달에 1회 이하)로 나누어 분석한 결과는 다음과 같다.

1) 일반적 사항

조사 대상자의 일반적 특성을 알아보기 위해 학년, 성별, 나이, 체중, 신장,

가족형태, 부모의 교육 정도, 부모의 직업, 가족의 한 달 수입, 한 달 용돈, 방과 후 활동에 관한 사항을 조사하였다.

신장과 체중을 이용하여 체질량 지수(BMI: Body Mass Index = 체중(kg)/신장(m)²)를 산출하였으며, 체질량 지수는 대한 비만학회(Korean Society for the Study of Obesity)에서 정한 한국인 비만 기준을 참고로 하여 BMI 가 18.5미만은 저체중, 18.5-22.9는 정상체중, 23이상은 과체중, 23-24.9는 위험체중, 25-29.9는 1단계 비만, 30 이상은 2단계 비만으로 분류하였다.

2) 패스트푸드 이용실태

패스트푸드의 이용횟수, 패스트푸드를 주로 이용하는 날, 이용요일, 이용시간, 패스트푸드의 선택이유, 선택에 영향을 주는 매체, 선택할 때 영양과 건강에 대한 생각여부, 패스트푸드를 섭취할 때 동행인, 섭취장소, 섭취량, 1인당 섭취비용, 섭취음료, 패스트푸드의 가격적정여부, 패스트푸드의 선호도를 조사하였다. 패스트푸드의 선호도는 리커트척도(5점)를 이용하여 매우 좋아함(5점), 좋아함(4점), 보통(3점), 싫어함(2점), 매우 싫어함(1점)을 부여하여 평균점수가 높을수록 선호도가 높은 것으로 평가하였다. 패스트푸드에 대한 인식, 패스트푸드 섭취 시 가장 염려되는 부분, 패스트푸드를 이용한 후 가장 큰 식생활의 변화에 대해서도 조사하였다.

3) 식생활 습관

식생활 습관을 평가하기 위하여 식품의약품안전청의 수행기관인 대한지역사회 영양학회의 '청소년을 위한 영양지침'(http://nutrition.kfda.go.kr/foodlife)을 참고로 하여 각 식품군을 매일, 골고루 먹는다(3문항), 짠 음식과 기름진 음식을 적게 먹는다(3문항), 건강 체중을 바로 알고, 알맞게 먹는다(3문항), 물이 아닌 음료를 적게 마신다(3문항), 식사를 거르거나 과식하지 않는다(3문항), 위생적인 음식을 선택한다(2문항)에 관한 사항을 조사하였다. 본 연구에서는 식생활

습관에 대한 점수를 위해 전혀 그렇지 않다(1점), 그렇지 않다(2점), 보통이다(3점), 그렇다(4점), 매우 그렇다(5점)의 5점 척도를 이용해 분석에 이용하였다. 따라서 식생활습관에 대한 점수가 높을수록 식생활 습관이 좋음을 의미한다. 식생활 습관(25문항)은 1주일을 기준으로 응답자의 대답이 매우 그렇다(6-7일)이면 5점, 그렇다(4-5일)이면 4점, 보통(3일)이면 3점, 그렇지 않다(1-2일)이면 2점, 전혀 그렇지 않다(0일) 1점을 부여하여 85점 만점으로 총점을 산출하였고, 점수가 높을수록 식생활습관이 양호한 것으로 평가하였다.

4) 식사습관

하루 식사 횟수, 결식여부, 편식하는 식품, 외식횟수, 외식의 종류, 간식횟수를 조사하였다.

5) 영양지식

균형 잡힌 식사, 열량, 기초식품군과 영양소의 역할, 체중조절 등의 일반적인 영양지식과 패스트푸드와 트랜스지방에 관련된 영양지식을 조사하였다. 영양지식의 각 문항에 대해 '맞다', '틀리다', '모른다' 중 한 가지를 선택하여 응답하게 하였다. 정답인 경우는 1점, 오답이나 모른가에 응답한 경우는 0점을 부여하여 총 10점 만점으로 하였고, 점수가 높을수록 영양지식이 양호한 것으로 평가하였다. 일반적 특징을 알아보기 위해 조사대상자의 성별, 월평균 가족수입, 한달 용돈, 거주형태, 부모의 나이, 부모의 교육 정도, 부모의 직업 등을 조사하였다. 식습관을 알아보기 위해 식사의 횟수, 결식 유무, 편식유무, 외식유무, 간식유무 등을 조사하였다. 가정 또는 학교, 패스트푸드점 등에서 패스트푸드를 이용하는 목적에 대해 알아보기 위해 패스트푸드의 선호도 및 섭취빈도, 동행인, 패스트푸드 이용 시 1회비용, 이용목적, 음식선택 기준 등에 대해 조사하였다.

3. 자료 분석방법

패스트푸드의 이용횟수에 따른 일반적인 특성, 패스트푸드의 이용, 선택, 섭취, 패스트푸드의 맛과 가격, 식습관과 항목별 영양지식에 따른 차이를 알아보기 위해 교차분석(χ^2 -test)을 실시하였다. 패스트푸드의 이용횟수에 따른 조사대상자의 나이, 신장, 체중, BMI, 패스트푸드종류의 선호도와 식생활습관의 차이를 알아보기 위해 평균차이 검증인 일원배치분산분석(one-way ANOVA)을 실시하였으며, 좀 더 자세한 집단 간의 차이검증을 보기 위해 Duncan의 다중범위 검정을 실시하였다. 패스트푸드의 이용횟수와 부모의 학력, 한 달 용돈, BMI, 식생활 습관, 영양지식, 영양표시지식에 대한 점수와 서로 상관관계가 있는지 알아보기 위해 상관관계분석(Pearson's Correlation Analysis)을 사용하였다. 본 연구의 분석은 모두 유의수준 $p < 0.01$, $p < 0.05$, $p < 0.001$ 에서 검증하였으며, 통계처리는 SPSSWIN 17.0 프로그램을 사용하여 분석하였다.

Ⅲ. 연구결과 및 고찰

1. 패스트푸드 이용실태

본 연구의 조사대상자의 패스트푸드 이용횟수는 <Table 1>과 같이 거의 세 집단 모두 비슷한 결과를 보였다. 그 중 한 달에 2-3회 이상 패스트푸드를 이용하는 집단이 33.6%로 가장 많았으며, 일주일에 1-2회 이용하는 집단이 33.4%, 한 달에 1회 이하가 33.0%로 나타났다. 이는 대학생 대상인 You 등(2000)의 연구에서 65.4%, 고등학생을 대상으로 한 Park(2009), Jeong(2001)의 연구에서 48.9%와 59.1%가 한 달에 1-2번 이용한다고 하였으며, 청소년을 대상으로 한 Jo & Kim(2005)의 연구에서 한 달에 1-5회 이용이 58.3%로 나타났다. 중학생을 대상으로 한 Kim(2009), Park 등(2005)의 연구에서도 각각 50.7%, 42.3%가 한 달에 2-3회 정도 이용하는 것으로 제시된 바 있어 이들과 유사한 결과를 보였다. 반면 초등학생을 대상으로 한 Lee(2002)의 연구에서는 주 1-2회가 34.3%, Lee(2006)의 연구에서 주 3-4회가 35.8%로 가장 높게 나타난 것과는 차이를 보였다.

따라서 본 연구에서는 패스트푸드의 이용횟수에 따라 식생활습관, 식사습관, 영양지식, 영양표시제 고려여부와 관련지식, 영양교육 필요성에 대한 차이가 있는지 알아보기 위해 '일주일에 1-2회 이상'은 자주이용자 집단, '한 달에 2-3회 이상'은 보통이용자 집단, '한 달에 1회 이하'는 비 이용자로 분류하여 분석에 사용하였다.

<Table1> The frequency of using fast food for thous surveyed

	Variables	N(%)
Frequency of using fast food	Over 1 or 2 times per one week (Most frequent users)	163(33.4)
	Over 2 or 3 times per one month (Regular users)	164(33.6)
	Under 1 time per one month (Occasional users)	161(33.0)
Total		488(100.0)

<Table 2>에 패스트푸드 이용횟수에 따른 패스트푸드 이용의 결과를 제시하였다. 패스트푸드를 이용하는 날에서는 친구 만날 때 32.5%가 가장 높게 나타났다. 그 다음으로 학원 등에서 출출할 때 21.1%, 특별한 날 16.8%, 습관적으로 16.6%, 부모님이 집에 안 계실 때 13.21% 등의 순이며, 그 중 패스트푸드를 자주 이용하는 집단에서는 습관적으로 31.7%이용한다는 의견이 보통이용자 9.8%, 비 이용자 7.1%와 비교해 훨씬 자주 먹는 것으로 나타났으며, 반대로 비 이용자의 경우 특별한 날에만 먹는다 27.0%는 의견이 보통이용자 16.6%, 자주 이용자 8.1%보다 자주 먹지 않는 습관을 보여주어 유의미 한 차이를 보였다 ($p<0.001$).

초등학생을 대상으로 한 (Han 2008)의 논문에서는 패스트푸드 자주 이용자의 경우 학원 등에서 출출할 때 이용한다는 의견이 30.7%로 가장 높게 나타났으며, 보통 이용자와 비 이용자의 경우 특별한 날에 이용한다는 의견이 각각 51.8%와 71.9%로 가장 높게 나타나 패스트푸드 이용횟수에 따른 패스트푸드를 주로 이용하는 날의 차이가 있는 것을 알 수 있다($p<0.001$). 이처럼 초등학생과 고등학생을 대상으로 한 결과를 토대로 패스트푸드를 자주 섭취하는 학생은 어릴 때 습관이나 식행동으로 인해 현재 식습관이 결정되며, 이는 앞으로의 식생활에 영향을 줄 수 있다는 것을 보여준다.

패스트푸드를 자주 이용하는 요일에서는 전체적으로 일요일 또는 공휴일이 40.5%로 가장 많았으며, 요일에 관계없이 33.2%, 토요일 17.0%, 평일 9.3%순으로 나타났고, 집단별로는 자주이용자가 요일에 관계없이 42.6% 이용한다는 의견이 보통이용자 25.8%, 비 이용자 30.9%와 비교해 많은 것으로 보이며, 일요일 또는 공휴일에서 비 이용자 48.9%, 보통이용자 44.2%로, 자주이용자 29.6%보다 많은 것으로 나타나 유의미한 차이를 보였다($p < 0.001$). 이는 (Han 2008)의 초등학생, (Park 2005), (Park 2009)의 중학생의 연구와 동일하게 나타났다.

또한 패스트푸드를 자주 이용하는 시간에서는 전체적으로 점심 53.3%이 가장 높게 나타났으며, 저녁 41.2%, 새벽 3.1%, 아침 2.4%순으로 나타났다. 이는 (Han 2008)의 초등학생의 연구 결과 점심에 이용한다 62.1%와 비슷하였다. 집단 간의 차이를 살펴보면 자주 이용자의 경우 저녁 49.0%에 이용한다는 의견이 보통이용자 44.0%, 비 이용자 29.0%와 비교해 많은 것으로 나타났으며, 또한 아침과 새벽에서도 다른 집단보다 자주 이용하는 집단이 더 많은 것으로 나타나 유의미한 차이를 보였다($p < 0.001$).

위의 결과를 바탕으로 패스트푸드의 이용 실태를 살펴보면 자주 이용하는 집단의 경우 요일에 상관없이 주로 습관적으로 저녁시간에 많이 이용하는 것을 알 수 있었으며, 반대로 비 이용자의 경우 주로 정해진 특별한날 점심으로 이용하는 것으로 해석 할 수 있다.

<Table2> The use of fast food according to frequency of using fast food

N(%)

Variables	N(%)	Frequency of using fast food			X ² (p)	
		Frequently	Regularly	Occasionally		
The day of mostly using fast food	During parent's absence	61(13.1)	23(14.3)	26(16.0)	12(8.5)	65.190*** (0.000)
	Special day(Birthday, etc.)	78(16.8)	13(8.1)	27(16.6)	38(27.0)	
	Meet friends	151(32.5)	34(21.1)	63(38.7)	54(38.3)	
	Hungry in private institution	98(21.1)	40(24.8)	31(19.0)	27(19.1)	
	Practically	77(16.6)	51(31.7)	16(9.8)	10(7.1)	
The most frequent date for using fast food	Weekdays	43(9.3)	23(14.2)	10(6.1)	10(7.2)	28.598*** (0.000)
	Saturday	79(17.0)	22(13.6)	39(23.9)	18(12.9)	
	Sunday or Holiday	188(40.5)	48(29.6)	72(44.2)	68(48.9)	
	At any day	154(33.2)	69(42.6)	42(25.8)	43(30.9)	
The time for mostly using fast food	In the morning	11(2.4)	8(5.1)	1(.6)	2(1.4)	31.233*** (0.000)
	At noon	242(53.3)	63(40.1)	85(53.5)	94(68.1)	
	In the afternoon	187(41.2)	77(49.0)	70(44.0)	40(29.0)	
	At dawn	14(3.1)	9(5.7)	3(1.9)	2(1.4)	

***p<0.001

패스트푸드 이용횟수에 따른 집단 별 패스트푸드의 선택 시의 사항들을 살펴 보기 위해 교차분석을 실시한 결과 <Table 3>과 같이 패스트푸드를 선택하는 이유, 선택 시 영향을 주는 요인에서 유의미한 차이를 보였다.

패스트푸드의 선택의 이유를 살펴보면 맛 48.0%, 먹기 간편해서 25.3%, 가격이 적당해서 10.1%등의 순으로 나타났으며, (Han 2008)의 초등학생 46.7%, (Park 2010)의 고등학생을 대상으로 한 연구 결과 와 비슷한 결과를 나타내었다. 집단 간의 차이를 보면 자주 이용자와 보통이용자의 경우는 맛이 좋아서 선택한다가 각각 51.3%, 55.3%로 비이용자의 35.8% 보다 많았으며, 반대로 비이용자의 경우는 가족이나 친구 등의 만남의 장소가 제공 되어서가 15.3%로 자주이용자 5.8%, 보통이용자 4.3% 보다 높게 나타나 차이를 보였다($p<0.01$).

또한 패스트푸드 선택 시 영향을 주는 요인에서는 매스컴 44.9%이 가장 많았고 친구 34.4%, 인터넷/신문/잡지 14.1% 등의 순으로 나타났다. 이는 남 46.5%, 여 44.9%가 매스컴을 선택한 (Park 2009)의 연구, 청소년을 대상으로 한 (Jo & Kim 2005)의 연구에서 TV나 신문을 선택한다 44.8%와 일맥상통한다. 집단별로는 보통이용자가 매스컴의 영향을 받는다는 항목에서 50.0%로 자주이용자 42.5%와 비 이용자 41.6%보다 높게 나타났으며, 반대로 친구에 의한 영향에서는 자주이용자 37.9%와 비 이용자 41.6%로 보통이용자 24.7%보다 높게 나타나 통계적으로 유의미한 차이를 보였다($p<0.05$)

패스트푸드 구매 시 고려사항으로는 전체적으로 맛 48.7%, 가격 25.8% 순으로 나타났으나 집단 간 차이를 보이지 않았으며, 영양과 건강에 대한 생각여부에서도 가끔 생각한다는 의견이 56.2%로 세 집단 모두에서 비슷하게 인식하고 있는 것으로 나타났다. (Han 2008)의 초등학생 연구에서는 53.0%가 ‘가끔 생각한다’로 본 연구와 비슷한 결과를 나타내었고, 패스트푸드를 자주 이용하는 집단의 경우 ‘전혀 생각 안 한다’에 응답한 비율이 10.2%로 보통 이용자 7.4%나 비이용자 7.4%보다 유의적으로 높게 나타났다($p<0.001$).

(Park 2005) 중등학생을 대상으로 한 연구에서는 영양균형을 생각하는지 여

부에서 거의 안 한다는 응답이 44.4%로 나타났으며 (Sim & Kim 1993)의 연구 결과도 비슷한 수치를 보였다. 이는 가정과 학교에서 꾸준한 영양교육과 홍보를 한 결과로 최근에는 식품 선택 시 과거보다 영양과 건강에 대해 고려하는 비중이 높아진 것을 알 수 있다.

<Table3> The choice of fast food according to frequency of using fast food

		N(%)				
Variables	N(%)	Frequency of using fast food			X ² (p)	
		Frequently	Regularly	Occasionally		
The reason for choosing fast food	Good taste	218(48.0)	80(51.3)	89(55.3)	49(35.8)	34.980** (0.001)
	Proper price	46(10.1)	13(8.3)	13(8.1)	20(14.6)	
	Good much	13(2.9)	3(1.9)	8(5.0)	2(1.5)	
	Variety kinds of menu	4(0.9)	3(1.9)	0(0.0)	1(0.7)	
	Saving time	20(4.4)	10(6.4)	5(3.1)	5(3.6)	
	Simple for eating	115(25.3)	38(24.4)	38(23.6)	39(28.5)	
	Sanitary	1(0.2)	0(0.0)	1(0.6)	0(0.0)	
	Offer meeting place with family of friends	37(8.1)	9(5.8)	7(4.3)	21(15.3)	
The main category for choosing fast food	Calory	58(12.9)	22(14.1)	15(9.4)	21(15.6)	20.010 (0.067)
	Taste	219(48.7)	89(57.1)	76(47.8)	54(40.0)	
	Price	116(25.8)	35(22.4)	40(25.2)	41(30.4)	
	Healthy	25(5.6)	6(3.8)	12(7.5)	7(5.2)	
	Food Additives	14(3.1)	1(0.6)	9(5.7)	4(3.0)	
	Service	5(1.1)	1(0.6)	2(1.3)	2(1.5)	
	Brand Awareness	13(2.9)	2(1.3)	5(3.1)	6(4.4)	
The most effective medium for choosing fast food	Medium (TV, Ad, Radio, etc.)	201 (44.9)	65(42.5)	79(50.0)	57(41.6)	15.744* (0.046)
	Internet, Magazines, Newspapers	63(14.1)	18(11.8)	27(17.1)	18(13.1)	
	Parents	14(3.1)	6(3.9)	4(2.5)	4(2.9)	
	Brothers and Sisters	16(3.6)	6(3.9)	9(5.7)	1(0.7)	
	Friends	154(34.4)	58(37.9)	39(24.7)	57(41.6)	
The consideration of healthy and nutrition for choosing fast food	Always Thinking	65(14.7)	28(18.3)	14(8.9)	23(17.3)	8.333 (0.080)
	Sometimes Thinking	251(56.7)	86(56.2)	89(56.7)	76(57.1)	
	Not in the least	127(28.7)	39(25.5)	54(34.4)	34(25.6)	

* p<0.05, ** p<0.01

패스트푸드 이용횟수에 따른 집단 별 패스트푸드의 섭취실태를 살펴보기 위해 교차분석을 실시한 결과 <Table 4>와 같이 패스트푸드를 함께 먹는 사람, 먹는 장소, 비용요인에서 집단 간 유의미한 차이를 보였다.

패스트푸드를 함께 먹는 사람에서는 친구와 같이 먹는다 71.0%가 가장 많았으며, 가족 19.9%, 혼자서 9.2%순으로 나타났다. (Park 2005)의 중등학생을 대상으로 한 연구에서는 55.9%, (Jeon 등 1990)의 13-31세 대상, (Jeong & Kim 2001) 고등학생을 대상, (Cho 2005)의 대학생을 대상으로 한 연구에서 모두 친구와 같이 먹는다는 의견이 가장 많은 것으로 나타났다.

보통이용자가 가족과 함께 먹는다 27.7%는 의견이 자주이용자 15.7%, 비이용자 15.4%와 비교해 높게 나타났다. 혼자서 먹는다는 의견에서도 자주이용자 12.4%가 보통이용자 8.2%와 비이용자 6.6%보다 높게 나타나 유의미한 차이를 보였다($p < 0.05$).

패스트푸드를 먹는 장소에서는 전체적으로 식당(체인점) 또는 집 38.3%, 식당 31.3%, 집 21.3%, 식당 이외의 공공장소 9.1% 순으로 나타났다. 차이를 보면 식당에서 먹다가 비이용자의 경우 45.2% 높게 나타난 반면 자주이용자 20.7%, 보통이용자 29.5%로 나타났고, 반대로 식당과 집 모두에서 먹는 경우 자주이용자 40.7%와 보통이용자 45.5%가 비이용자 27.4%보다 높게 나타나 유의미한 차이를 보였다. ($p < 0.001$). 이는 자주 이용하는 그룹의 경우 비이용자와 비교해 먹는 횟수가 많고, 즐겨먹는 시간이 일정하지 않기 때문에 패스트푸드를 먹는 장소가 식당 뿐 아니라 집에서 즐겨먹고 있다고 해석할 수 있을 것이다.

패스트푸드를 한번 먹을 때 1인당 소요되는 비용에서는 전체적으로 5천원-1만원미만의 경우 43.7%가 가장 높게 나타났고, 1-5천원미만 41.4%, 1-2만원미만 12.6%, 2만원이상 2.3%순으로 나타났고, 보통이용자의 경우가 5천원-1만원미만 52.8%이 자주이용자 40.1%와 비이용자 36.8%보다 높게 나타났으며, 1-5천원미만의 경우 보통이용자 32.1%가 비이용자 46.6%와 자주이용자 46.7% 보

다 낮게 나타나 유의미한 차이를 보였다($p < 0.05$)

(Han 2008)의 초등학생을 대상으로 한 연구에서는 패스트푸드를 한번 먹을 때 1인당 비용은 전체 34.1%가 3-5천원미만이었고, 자주 이용자 33.0%는 1-3천원 미만이지만 보통이용자 34.2%와 비이용자 40.1%는 3-5천원 미만으로 나타나 패스트푸드 이용횟수가 적을수록 지출비용이 유의적으로 더 많았다 ($p < 0.05$)는 의견과는 차이가 있었다.

또한 통계적으로 유의미한 차이를 보이지 않았으나 패스트푸드를 먹을 때 음식의 양에서는 식사용으로 먹는다 56.9%, 간식용으로 먹는다 43.1% 순으로 나타났다. 초등학생을 대상으로 한(Lee 2002)의 연구에서 58.3%가 간식용으로 먹는다고 하였으며, (Park 2005)의 중등학생을 대상 59.2%, (Kim 1990)의 연구에서는 66.3%로 가장 높게 나와 본 연구와는 다른 결과를 보였다. 본 연구에서는 식사대용으로 이용하지만 패스트푸드의 열량

패스트푸드를 먹을 때 주로 마시는 음료에서는 콜라나 사이다와 같은 탄산음료가 77.0%로 가장 많았으며 각각의 집단에서도 거의 비슷하게 나타난 것을 알 수 있었다. 이는 남학생 64.8%, 여학생 73.2%가 탄산음료를 선택한 (Park 2009)의 연구, (Jeong & Kim 2001)의 연구와 동일한 결과를 나타낸다.

<Table4> The intake of fast food according to frequency of using fast food

Variables		N(%)	Frequency of using fast food			X ² (p)
			Frequently	Regularly	Occasionally	
The person who eats fast food together	Family	89(19.9)	24(15.7)	44(27.7)	21(15.4)	12.459* (0.014)
	Friends	318(71.0)	110(71.9)	102(64.2)	106(77.9)	
	Alone	41(9.2)	19(12.4)	13(8.2)	9(6.6)	
The place where eats fast food	Cafeteria(Chain Store)	138(31.3)	31(20.7)	46(29.5)	61(45.2)	30.159*** (0.000)
	Home	94(21.3)	36(24.0)	32(20.5)	26(19.3)	
	Cafeteria (Chain Store)of Home	169(38.3)	61(40.7)	71(45.5)	37(27.4)	
	Public place besides of cafeteria	40(9.1)	22(14.7)	7(4.5)	11(8.1)	
The quantity of eating fast food one time	For meal	255(56.9)	80(52.6)	97(61.4)	78(56.5)	2.438 (0.296)
	For snack	193(43.1)	72(47.4)	61(38.6)	60(43.5)	
The cost of eating fast food one time	Under 1-5,000 won	184(41.4)	71(46.7)	51(32.1)	62(46.6)	12.967* (0.044)
	Under 5,000-10,000 won	194(43.7)	61(40.1)	84(52.8)	49(36.8)	
	Under 10,000-20,000 won	56(12.6)	15(9.9)	22(13.8)	19(14.3)	
	Over 20,000 won	10(2.3)	5(3.3)	2(1.3)	3(2.3)	
The beverage for eating fast food mostly	Carbonated drink (Cock, Soda, etc.)	342(77.0)	115(76.2)	117(74.5)	110(80.9)	10.494 (0.573)
	Juice	43(9.7)	18(11.9)	16(10.2)	9(6.6)	
	Milk	18(4.1)	6(4.0)	9(5.7)	3(2.2)	
	Functional drink(Sports drink, Diet drink)	13(2.9)	5(3.3)	5(3.2)	3(2.2)	
	Water	25(5.6)	5(3.3)	10(6.4)	10(7.4)	
	Coffee	2(0.5)	1(0.7)	0(0.0)	1(0.7)	
	Tea	1(0.2)	1(0.7)	0(0.0)	0(0.0)	

*p<0.05, ***p<0.001

패스트푸드 이용횟수에 따른 집단별 패스트푸드의 가격 적정도를 살펴보기 위해 교차분석을 실시한 결과 <Table 5>와 같이 패스트푸드의 가격이 적당하다고 응답한 집단 49.9%이 가장 많았으며 비싸다 38.3%, 잘 모르겠다 8.3%, 싸다 3.5%순으로 나타났으나 거의 비슷한 결과를 보였다. 대학생을 대상으로

한 (Cho 2005)의 연구에서 적당하다 50.3%를 나타내어 비교적 비슷한 결과를 나타내었다.

<Table5> The proper cost of fast food according to frequency of using fast food

Items	N(%)	Frequency of using fast food			X ² (p)	
		Frequently	Regularly	Occasionally		
The cost of fast food	Expensive	162(38.3)	56(38.9)	58(38.2)	48(37.8)	8.187 (0.225)
	Proper	211(49.9)	68(47.2)	83(54.6)	60(47.2)	
	Cheap	15(3.5)	4(2.8)	3(2.0)	8(6.3)	
	Don't care	35(8.3)	16(11.1)	8(5.3)	11(8.7)	

패스트푸드 이용횟수에 따른 집단별 패스트푸드의 선호도를 알아보기 위해 평균비교인 일원배치분산분석과 사후 검증을 실시한 결과 <Table 6>과 같이 라면, 핫도그를 제외한 모든 종류에서 통계적으로 유의미한 차이를 보였다.

본 연구에서는 선호도의 점수를 위해 매우 싫어함(1점), 싫어함(2점), 보통(3점), 좋아함(4점), 매우 좋아함(5점)의 5점척도를 분석에 이용하였다.

먼저 모든 종류의 패스트푸드 중 아이스크림 4.11점 을 가장 좋아하는 것으로 나타났고 그 다음 치킨 4.04점, 피자 3.88점 순으로 나타났고, 핫도그 3.30점이 선호도가 가장 낮은 것으로 나타났다. 이는 아이스크림 선호도가 높게 나타난 (Sim & Kim 1993), (Choi 2008), (Park 2009)과 비슷한 결과를 나타냈다. 반면, 햄버거>치킨>피자의 순으로 나타난 송숙미(2005)의 연구 결과와는 차이를 보였다.

전체적으로 모든 패스트푸드의 선호도 점수는 3.30이상으로 보통 이상으로 좋아하는 것을 알 수 있었으며, 패스트푸드의 이용횟수가 많을수록 모든 종류의 패스트푸드를 선호하는 정도가 높았다. 먼저 햄버거의 경우 3.72점이며 패스트푸드를 자주 이용하는 집단 3.87점 이 보통이용자 3.69점 와 비이용자 3.57점 보다 높았다. 따라서 패스트푸드의 이용횟수가 많을수록 햄버거를 좋아하는

것을 알 수 있다($p<0.05$). 또한 치킨에서도 자주이용자 4.26점, 보통이용자 4.03 점, 비이용자 3.81점 순으로 선호도의 차이가 뚜렷하여 유의미한 차이를 보였다($p<0.001$). 피자에서도 자주이용자 4.07점, 보통이용자 3.92점, 비이용자 3.62 점 순으로 선호도의 차이가 뚜렷하게 하여 유의미한 차이를 보였다($p<0.001$). 도넛의 경우 3.41점으로, 자주이용자 3.56점, 보통이용자 3.40점, 비이용자 3.24 점이며, 다른 패스트푸드 보다는 선호도가 낮았지만, 집단 간 선호도에서 유의 미한 차이를 보였다($p<0.05$) 감자튀김은 3.76점이며, 자주이용자 3.89점 와 보 통이용자 3.87점 가 비이용자 3.49점 보다 높아 유의미한 차이를 보였다 ($p<0.01$). 아이스크림은 자주이용자 4.28점 와 보통이용자 4.15점 가 비이용자 3.87점 보다 선호도가 높아 유의미한 차이를 보였다. 또한 탄산음료에서도 자 주이용자 3.81점 와 보통이용자 3.49점 가 비이용자 3.27점 보다 높아 유의미 한 차이를 보였다($p<0.001$)

<Table6> The preferences of fast food according to frequency of using fast food

Items	N(%)	Frequency of using fast food			F(p)	
		Frequently	Regularly	Occasionally		
Hamburger	3.72±0.96	3.87±0.95	3.69±0.93	3.57±0.98	3.698*(0.026) a,b>b,c	
Chicken	4.04±0.91	4.26±0.88	4.03±0.89	3.81±0.92	8.999*** (0.000) a>b>c	
Pizza	3.88±0.94	4.07±0.92	3.92±0.85	3.62±1.01	8.802*** (0.000) a>b,c	
The kind of fast food	Noodle	3.73±0.97	3.87±1.03	3.73±0.93	3.59±0.95	2.985(0.052) a,b>b,c
	Donut	3.41±1.08	3.56±1.13	3.40±1.04	3.24±1.04	3.227*(0.041) a,b>b,c
	Hotdog	3.30±1.05	3.45±1.10	3.27±0.99	3.16±1.05	2.832(0.060) a,b>b,c
	French Fries	3.76±1.00	3.89±0.97	3.87±0.93	3.49±1.06	7.417** (0.001) a>b,c
	Ice Cream	4.11±0.93	4.28±0.92	4.15±0.85	3.87±0.99	7.433** (0.001) a>b,c
	Carbonated drink	3.53±1.13	3.81±1.07	3.49±1.13	3.27±1.14	8.551*** (0.000) a,b>c

Mean±SD

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

2. 패스트푸드 이용횟수에 따른 일반적 사항

1) 패스트푸드 이용횟수에 따른 나이, 신장, 체중 및 BMI

패스트푸드 이용횟수에 따른 조사대상자의 나이, 신장, 체중 및 체지방지수 (BMI)의 차이를 알아보기 위한 결과 <Table 7>과 같이 신장전체 수치에서 통계적으로 유의미한 차이를 보였다.

신장에서는 전체 평균 166.80 cm로 나타났으며 자주이용자의 경우 165.53 cm로 보통이용자 167.15 cm와 비이용자의 167.71 cm와 비교해 약 2 cm나 키가 작은 것으로 나타나 통계적으로 유의미의 차이를 보였다($p<0.05$).

반면 본연구의 조사대상자 나이의 경우 평균 16.99세로 나타났고, 집단 간에서도 거의 비슷한 나이였으며, 체중의 경우 남학생이 평균 63.88 kg, 여학생 50.60 kg으로 패스트푸드 이용횟수에 따른 차이를 보이지 않았다.

신장과 체중을 이용하여 계산한 BMI(kg/m^2)의 경우에서 전체평균은 $20.19\text{kg}/\text{m}^2$ 남학생은 $21.17\text{kg}/\text{m}^2$ 여학생은 $19.42\text{kg}/\text{m}^2$ 으로 나타났고 패스트푸드를 이용하는 횟수에 따른 BMI에서는 차이를 보이지 않았다.

<Table7> The age, height, weigh and BMI according to frequency of using fast food

Variables	N(%)	Frequency of using fast food			$\chi^2(p)$	
		Frequently	Regularly	Occasionally		
Age (Years)	16.99±0.95	16.97±0.99	17.07±0.95	16.95±0.92	0.756(0.470)	
Heigh (cm)	Male	173.68±5.96	173.05±6.00	173.59±6.31	174.21±5.64	0.654(0.521)
	Female	161.42±5.21	161.26±4.94	161.86±5.13	161.14±5.65	0.480(0.619)
	Total	166.80±8.24	165.53±7.79	167.15±8.16	167.71±8.64	3.115*(0.045)
Weight (kg)	Male	63.88±9.90	63.373±11.13	63.959±10.34	64.173±8.55	0.114(892)
	Female	50.60±5.79	51.067±6.36	49.989±5.15	50.663±5.71	0.843(0.432)
	Total	56.42±10.26	55.521±10.26	56.293±10.54	57.460±9.93	1.468(0.231)
BMI (kg/m^2)	Male	21.17±3.02	21.1156±3.21	21.2014±3.06	21.1717±2.87	0.013(0.987)
	Female	19.42±2.07	19.6264±2.22	19.0909±1.86	19.5218±2.07	1.759(0.174)
	Total	20.19±2.67	20.1655±2.71	20.0432±2.68	20.3519±2.63	0.548(578)

Mean±SD

* $p<0.05$

2) 패스트푸드 이용횟수에 따른 일반적 특성

패스트푸드 이용횟수에 따른 조사대상자의 일반적 특성을 비교하기 위해 교차분석을 실시하였고 그 결과<Table 8-1>과 같이 학년과 성별, 어머니의 직업에서만 차이를 보였다. 본 연구의 조사대상자의 학년은 전체적으로 고등학교 3학년 45.9%이 가장 많았고, 2학년 27.6%, 1학년 26.2%으로 집계되었으며, 3학년에서 자주 이용자 46.6%, 보통이용자 52.4%가 높게 나타났으며, 비이용자 34.8%는 2학년이 가장 많은 것으로 나타나 유의미한 차이를 보였다($p<0.05$).

또한 성별에서는 남학생이 43.9%, 여학생이 56.1%로 집계되었고 패스트푸드 이용횟수에서도 여학생에서 자주이용자 63.8%와 보통이용자 54.9%가 비이용자 49.7%보다 많았고 남학생의 경우는 비이용자 50.3%가 자주이용자 36.2%보다 높게 나타나 여학생이 패스트푸드의 이용횟수가 더 많은 것을 알 수 있었다 ($p<0.05$). (Park & Ahn 2001, Song 2006, Park 2008, Park 2009)의 연구결과에서도 대부분 여학생이 남학생보다 패스트푸드 이용 빈도가 높은 것과 같은 결과를 볼 수 있으며, 이는 패스트푸드에 대한 기호가 남학생이 유의적으로 높게 나타난(Park 2007)의 연구결과와는 차이를 보이고 있다.

또한 어머니의 직업은 전체적으로 무직(주부포함) 30.3%이 가장 많았으며, 사무직, 자영업, 서비스직 등 15.5%의 순으로 나타났다. 어머니가 주부일 경우 보통이용자 42.0%와 비이용자 33.0%가 자주이용자 27.7%보다 많은 것으로 나타나 유의미한 차이를 보였다($p<0.05$). 즉 어머니가 집에 없을 경우 패스트푸드를 더 많이 이용하는 것을 알 수 있었다. 다른 일반적인 특성을 살펴보면 가족형태의 경우 핵가족 형태 86.7%가 거의 대부분이었으며 대가족 5.9%, 편모 4.1%순으로 나타났다. 아버지학력으로는 고졸 50.0%, 대졸 37.1%순으로 나타났다. 어머니학력에서는 고졸 60.3%, 대졸 25.6%로 집계되었으며 아버지의 직업은 사무직 36.6%, 자영업 27.3%, 판매 및 서비스직 11.3% 등의 순으로 나타났다. 패스트푸드의 이용횟수에 따른 차이는 없는 것으로 나타났다.

<Table8-1> The general propensity according to frequency of using fast food

		N(%)				
	Topic	N(%)	Frequency of using fast food			X ² (p)
			Frequently	Regularly	Occasionally	
Grade	1st Grade	128(26.2)	49(30.1)	36(22.0)	43(26.7)	9.809* (0.044)
	2nd Grade	136(27.9)	38(23.3)	42(25.6)	56(34.8)	
	3rd Grade	224(45.9)	76(46.6)	86(52.4)	62(38.5)	
Sex	Male	214(43.9)	59(36.2)	74(45.1)	81(50.3)	6.715* (0.035)
	Female	274(56.1)	104(63.8)	90(54.9)	80(49.7)	
Style of Family	Large Family	29(5.9)	6(3.7)	12(7.3)	11(6.8)	14.556 (0.068)
	Nuclear Family	423(86.7)	139(85.3)	144(87.8)	140(87.0)	
	Single Father Family	7(1.4)	2(1.2)	0(0.0)	5(3.1)	
	Single Mother Family	20(4.1)	11(6.7)	6(3.7)	3(1.9)	
	Apart from Parents	9(1.8)	5(3.1)	2(1.2)	2(1.2)	
Academic ability of father	Under middle school	20(4.4)	5(3.3)	7(4.5)	8(5.6)	2.651 (0.954)
	High school graduate	225(50.0)	71(47.0)	81(51.6)	73(51.4)	
	Junior college graduate	18(4.0)	7(4.6)	6(3.8)	5(3.5)	
	College graduate	167(37.1)	61(40.4)	55(35.0)	51(35.9)	
	Over graduate school	20(4.4)	7(4.6)	8(5.1)	5(3.5)	
Academic ability of mother	Under middle school	31(6.8)	8(5.2)	11(6.9)	12(8.6)	8.354 (0.400)
	High school graduate	273(60.3)	92(59.7)	99(61.9)	82(59.0)	
	Junior college graduate	21(4.6)	3(1.9)	10(6.3)	8(5.8)	
	College graduate	116(25.6)	45(29.2)	38(23.8)	33(23.7)	
	Over graduate school	12(2.6)	6(3.9)	2(1.3)	4(2.9)	
Occupation of father	Specialist(doctor, professor, etc.)	27(6.1)	13(8.6)	8(5.3)	6(4.3)	10.477 (0.574)
	Office job	149(33.6)	55(36.4)	46(30.3)	48(34.3)	
	Own business(store)	121(27.3)	40(26.5)	47(30.9)	34(24.3)	
	Sail or Service	50(11.3)	12(7.9)	17(11.2)	21(15.0)	
	Blue-collar job	44(9.9)	14(9.3)	13(8.6)	17(12.1)	
	Unemployed (Included housewife)	9(2.0)	4(2.6)	3(2.0)	2(1.4)	
	Etc.	43(9.7)	13(8.6)	18(11.8)	12(8.6)	
Occupation of mother	Specialist(doctor, professor, etc.)	11(7.1)	5(3.2)	6(4.3)	22(4.9)	21.984* (0.038)
	Office job	24(15.5)	24(15.5)	17(12.3)	65(14.5)	
	Own business(store)	24(15.5)	33(21.3)	26(18.8)	83(18.5)	
	Sail or Service	24(15.5)	19(12.3)	23(16.7)	66(14.7)	
	Blue-collar job	13(8.4)	17(11.0)	3(2.2)	33(7.4)	
	Unemployed (Included housewife)	47(30.3)	43(27.7)	58(42.0)	148(33.0)	
	Etc.	12(7.7)	14(9.0)	5(3.6)	31(6.9)	

*p<0.05

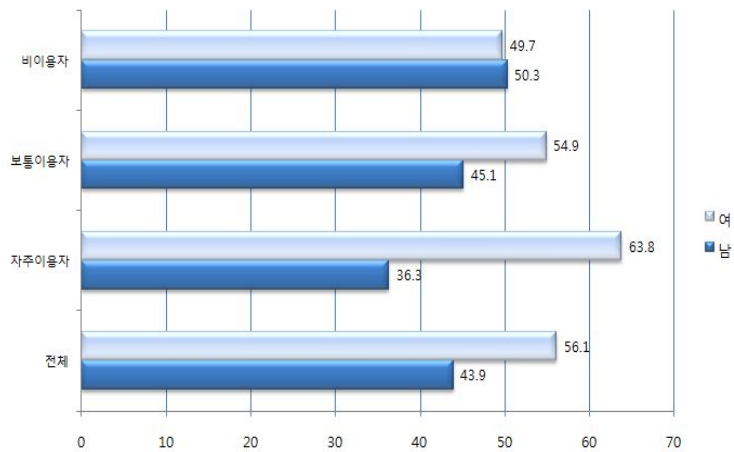


figure1. The gender according to frequency of using fast food

또한 조사대상자의 일반적 특성 중 가족의 한 달 수입과 학생의 용돈 차이에 따라 패스트푸드 이용횟수의 차이를 보였다. 먼저 가족의 한 달 수입에서 300-400만원미만 29.4%이 가장 많았고, 200-300만원미만 26.5%, 400만 원 이상 25.8%순이며, 자주이용자의 경우 400만 원 이상인 경우 31.4%가 보통이용자 31.7%와 비이용자 24.6%보다 많아 유의미한 차이를 보였다($p < 0.05$)

학생의 한 달 용돈은 3-5만원미만 32.5%, 5만 원 이상 22.2%, 2-3만원 미만 18.5%순이었으며, 5만 원 이상인 경우 자주이용자 23.9%와 보통이용자 23.0%가 비이용자 19.4%보다 높아 학생의 한 달 용돈이 많은 경우 패스트푸드를 이용하는 횟수가 많다는 것을 알 수 있다($p < 0.01$). 이는 초등학생을 대상으로 한(Han 2008), 중등학생을 대상으로 한 (Park 2005), 중, 고등학생을 대상으로 한 (Choi 2007)의 연구 결과와 동일하다. 방과 후 활동에서는 집 또는 학원에서 공부한다 45.8%가 가장 많았으며, 컴퓨터이용 23.5%, TV시청 16.2%등으로 나타났으며, 유의미한 차이는 없었다. 반면 (Han 2008)의 초등학생을 대상으로 한 연구에서는 68.3%가 공부라고 응답하였고, 패스트푸드 이용횟수가 적을수록 공부의 응답이 유의적으로 높게 나타났다($p < 0.05$). 위의 일반적 특성에 대한 결과를 바탕으로 맞벌이를 하는 집의 용돈이 많은 학생이 패스트푸드를 접하는 경우가 더 많다고 해석 할 수 있을 것이다.

<Table8-2> The general propensity according to count of using fast food

N(%)

Topic	N(%)	The count of using fast food			X ² (p)
		Frequently	Regularly	Occasionally	
Monthly income of family	Under 1,000 thousand won	20(4.8)	12(8.8)	3(2.0)	15.565* (0.049)
	Under 1,000~2,000 thousand won	57(13.6)	21(15.3)	21(13.8)	
	Under 2,000~3,000 thousand won	111(26.5)	29(21.2)	46(30.3)	
	Under 3,000~4,000 thousand won	123(29.4)	32(23.4)	49(32.2)	
	Over 4,000 thousand won	108(25.8)	43(31.4)	33(21.7)	
Monthly pocket money of person surveyed	Under 5,000 won	44(9.5)	17(10.7)	7(4.3)	21.190** (0.005)
	Under 5,000~10,000 won	20(4.3)	10(6.3)	5(3.1)	
	Under 10,000 ~ 20,000 won	60(12.9)	9(5.7)	27(16.8)	
	Under 20,000 ~ 30,000 won	86(18.5)	32(20.1)	36(22.4)	
	Under 30,000 ~ 50,000 won	151(32.5)	53(33.3)	49(30.4)	
Over 50,000 won	103(22.2)	38(23.9)	37(23.0)	28(19.4)	
Activity of after school	Study(Home, Institution)	212(45.8)	73(45.6)	76(46.9)	9.404 (0.494)
	Sports	20(4.3)	4(2.5)	10(6.2)	
	Watching TV	75(16.2)	26(16.3)	23(14.2)	
	Using computer	109(23.5)	34(21.3)	41(25.3)	
	Playing with friends	33(7.1)	17(10.6)	9(5.6)	
	Etc.	14(3.0)	6(3.8)	3(1.9)	

* p<0.05,** p<0.01

3. 패스트푸드 이용횟수에 따른 식생활 습관

패스트푸드 이용횟수에 따른 조사대상자의 식생활습관을 비교한 결과<Table 9>와 같이 식생활에 대한 전체 습관과 두 개의 하위영역에서 차이를 보였다. 본 연구에서는 식생활습관에 대한 점수가 높을수록 식생활 습관이 좋음을 의미한다. 식생활 전체 습관에서는 전체평균이 53.10점(총점 85점)으로 나타났고 자주 이용자의 경우 51.38점, 보통이용자 53.64점, 비 이용자 54.32점으로 패스트푸드를 적게 이용하는 집단일수록 식생활습관에 대한 점수가 높다는 것을 알 수 있다. 이를 하위 요인 별로 살펴보면 먼저 짠 음식과 기름진 음식을 적게 먹는다는 생활습관에서 차이를 보였다. 자주 이용자 8.32점, 보통이용자 8.98점, 비 이용자 9.46점 순으로 비이용자가 훨씬 담백한 음식을 먹는 습관을 갖고 있는 것으로 나타나 유의미한 차이를 보였다($p<0.001$). 다른 하위요인에서는 통계적으로 유의미한 차이를 보이지는 않았지만 패스트푸드를 이용하는 횟수가 많은 집단일수록 식습관에 대한 점수가 높게 나타났음을 알 수 있었다.

<Table9> The eating habits according to frequency of using fast food

Topic	N(%)	Frequency of using fast food			F(p)
		Frequently	Regularly	Occasionally	
Eat well-balanced meals every day.	9.02±2.33	8.91±2.41	9.12±2.22	9.03±2.39	0.294(0.746)
Eat less salty and fatty food.	8.91±2.31	8.32±2.38	8.98±2.02	9.46±2.42	8.828*** (0.000) a<b,c
Know healthy weight and eat moderately.	9.27±2.15	9.12±2.01	9.42±2.24	9.25±2.19	0.708(0.493)
Drink less beverage not water.	10.21±2.41	9.87±2.39	10.34±2.17	10.44±2.39	2.301(0.101)
Don't pass the meal or overeat.	9.31±2.52	9.14±2.57	9.29±2.26	9.53±2.74	0.841(0.432)
Select sanitary food.	6.42±1.82	6.17±1.74	6.44±1.66	6.68±2.06	2.833(0.060) a,b<b,c
Total of the eating habits	53.10±9.83	51.38±9.63	53.64±8.66	54.32±11.10	3.418*(0.034) a,b<b,c

* $p<0.05$, *** $p<0.001$

패스트푸드 이용횟수에 따른 조사대상자의 식생활습관을 좀 더 자세히 비교하기 위해 식생활습관의 여러 항목별 분석을 실시하였고 그 결과 <Table 10>과 같이 나타났다.

짠 음식과 기름진 음식에 대한 하위항목인 ‘인스턴트 음식을 적게 먹는다’는 항목에서 자주 이용자 2.67점, 보통이용자 2.99점, 비이용자 3.25점 순으로 패스트푸드의 이용횟수가 적을수록 인스턴트 음식 또한 적게 먹는 것으로 뚜렷한 차이가 나타나 통계적으로 유의미한 것을 알 수 있다($p < 0.001$). 또한 ‘튀김음식과 패스트푸드를 적게 먹는다’에서도 자주 이용자 2.71점, 보통이용자 3.01점, 비이용자 3.37점 순으로 비이용자의 식생활에서 기름진 음식을 훨씬 덜 먹는다는 것을 알 수 있다($p < 0.001$). 또한 ‘탄산음료, 가당 음료를 적게 마신다’에서 통계적으로 유의미한 차이는 없었으나 자주 이용자 3.03점 가 보통이용자 3.29점 와 비이용자 3.26점 보다 낮게 나타나 패스트푸드를 자주 먹는 집단이 탄산음료를 더 자주 마시는 것을 알 수 있다. (Bowman 외 2004)는 패스트푸드를 자주 섭취하는 아동은 그렇지 않은 아동에 비해 총 에너지와 지방, 설탕 등을 더 많이 섭취하는 반면 과일과 채소는 더 적게 섭취함으로써 비만의 위험을 증가시킨다고 하였다. 따라서 탄산음료를 과일음료나 우유 등으로 대체하여 이용할 수 있도록 적극적인 영양교육이 필요하다.

또한 ‘식사를 거르거나 과식하지 않는다’의 하위항목인 ‘배가 고프더라도 한 끼번에 많이 먹지 않는다’의 경우에는 자주 이용자 2.67점, 보통이용자 2.79점, 비이용자 2.99점 순으로 일상의 식습관에서도 패스트푸드를 자주 이용하지 않는 집단에서 점수가 더 높게 나타나 유의미한 차이를 보였다($p < 0.05$). ‘위생적인 음식을 선택한다’의 하위항목인 ‘불량식품을 먹지 않는다’에서 자주 이용자 2.77점, 보통이용자 2.98점, 비이용자 3.14점 순으로 나타나 유의미한 차이를 보였으며($p < 0.05$), (Song 2005)의 연구에서도 식생활태도 점수가 좋을수록 패스트푸드 이용 빈도가 유의적으로 감소한다는 결과를 나타내었다. (국민건강통계 2008)에 의하면 식생활지침 인지율은 총 13.8%로, 성별로는 여자 15.7%

가 남자 11.9%보다 높았다. 연령별로는 만30~49세 및 만50~64세의 인지율이 각각 19.8%, 18.1%로 가장 높았고, 교육수준 및 소득수준이 높을수록 식생활지침 인지율이 높게 나타나 본 연구 결과와 차이가 있었다. 청소년기에 성립되는 식생활 습관은 성인이 된 후의 건강에 영향을 미치기 때문에 지속적인 교육이 요구된다.

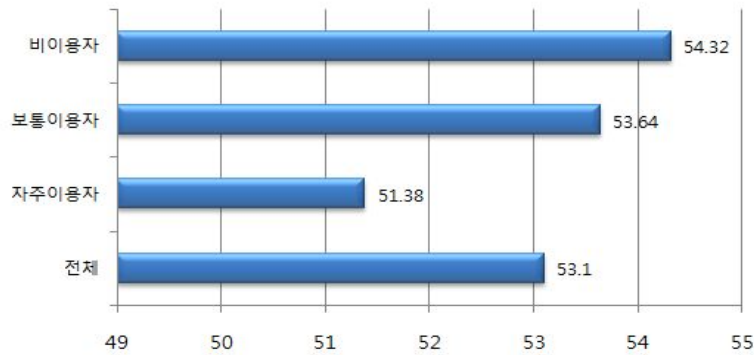


figure 2. The eating habits according to frequency of using fast food

<Table10> The eating habits per topic according to frequency of using fast food

Topic	N(%)	Frequency of using fast food			F(p)	
		Frequently	Regularly	Occasionally		
Eat well-balanced meals every day.	Eat well-balanced meals with rice and side dishes included of various vegetables, fish and meat every day.	3.32±1.01	3.30±1.04	3.29±0.95	3.39±1.06	0.440(0.644)
	Eat fresh fruits as refreshments mainly.	3.27±1.03	3.18±1.03	3.36±0.98	3.26±1.07	1.175(0.310)
	Drink two cups of milk every day.	2.43±1.15	2.43±1.19	2.47±1.08	2.39±1.18	0.172(0.842)
Eat less salty and fatty food.	Eat less salty food, salty soup.	2.93±0.95	2.93±1.03	2.98±0.89	2.87±0.93	0.454(0.635)
	Eat less instant food.	2.97±0.94	2.67±0.88	2.99±0.81	3.25±1.05	14.281 ^{***} (0.000) a<b<c
	Eat less fried food and fast food.	3.03±0.93	2.71±0.92	3.01±0.83	3.37±0.92	18.803 ^{***} (0.000) a<b<c
Know healthy weight and eat moderately.	Enthusiastically play physical activity over 1 hour per day.	2.83±1.12	2.72±1.14	2.79±1.14	2.97±1.06	1.850(0.158)
	Do not immoderate diet.	3.59±1.02	3.59±1.06	3.70±0.96	3.46±1.03	1.976(0.140)
	Restrict time included of watching TV, computer game and etc, per day to 2 hours.	2.86±1.16	2.81±1.16	2.92±1.15	2.84±1.19	0.331(0.719)
Drink fewer beverages not water.	Drink water frequently and fully.	3.38±1.02	3.31±1.03	3.47±0.90	3.36±1.12	0.927(0.397)
	Take in less carbonated and sweetened drink.	3.19±1.05	3.03±1.02	3.29±1.03	3.26±1.09	2.724(0.067) a,c<c,b
	Never drink alcohol.	3.65±1.24	3.54±1.27	3.59±1.23	3.82±1.20	2.003(0.136)
Don't pass the meal or overeat.	Never pass breakfast.	3.44±1.31	3.42±1.31	3.40±1.30	3.51±1.34	0.309(0.735)
	Have a meal on time and slowly.	3.07±1.00	3.05±1.02	3.12±0.91	3.03±1.08	0.293(0.746)
	Though it is hungry, do not eat much one time.	2.81±1.00	2.67±0.96	2.79±0.97	2.99±1.08	3.764 [*] (0.024) a,b<b,c
Select sanitary food.	Do not eat unsanitary food.	2.96±1.10	2.77±1.08	2.98±1.04	3.14±1.17	4.149 [*] (0.016) a,b<b,c
	Select food after checking nutrition and the period of circulation.	3.47±1.09	3.40±1.05	3.46±1.01	3.54±1.23	0.572(0.565)

Mean±SD

* p<0.05, *** p<0.001

4. 패스트푸드 이용횟수에 따른 패스트푸드에 대한 인식

패스트푸드 이용횟수에 따른 패스트푸드에 대한 인식을 비교하기 위해 교차 분석을 실시한 결과 <Table 11>과 같다. 패스트푸드에 대한 인식에서는 열량이 높다는 인식 40.8%이 가장 많았으며 건강에 좋지 않은 영향을 준다 23.8%, 화학첨가물, 조미료가 많이 들어있다 19.0%순이었다. 또한 염려되는 부분에서는 지방, 트랜스지방 많음 39.3%, 소금이 많음 16.7%, 높은 열량 11.6% 등이었고, 패스트푸드 이용후의 식생활 변화에서도 변화없음 32.1%, 서양음식의 선호도증가 23.1%, 식사량감소 22.2%등이었으나 모든 요인에서 집단 간 인식정도는 비슷하게 나타나 유의미한 차이는 없었다.

<Table11> The cognition of fast food

Topic	N(%)	Frequency of using fast food			F(p)	
		Frequently	Regularly	Occasionally		
The cognition of fast food	It's a high calorie	180(40.8)	63(41.7)	59(38.6)	58(42.3)	3.661 (0.961)
	It's included an artificial additives and seasoning very much.	84(19.0)	30(19.9)	25(16.3)	29(21.2)	
	It's not affecting healthy well.	105(23.8)	34(22.5)	42(27.5)	29(21.2)	
	It contains unbalanced nutrients.	10(2.3)	3(2.0)	4(2.6)	3(2.2)	
	It contains balanced nutrients.	19(4.3)	5(3.3)	8(5.2)	6(4.4)	
	Don't have experience in thinking so deeply.	43(9.8)	16(10.6)	15(9.8)	12(8.8)	
The best concerned thing of taking in fast food	Too much salty.	73(16.7)	17(11.3)	27(17.6)	29(21.6)	8.865 (0.714)
	Increasing taking in a carbonated drink.	50(11.4)	18(11.9)	16(10.5)	16(11.9)	
	A deficiency of vitamins and minerals	20(4.6)	6(4.0)	9(5.9)	5(3.7)	
	Too much fats and trans fats.	172(39.3)	65(43.0)	58(37.9)	49(36.6)	
	It's unsanitary.	48(11.0)	21(13.9)	15(9.8)	12(9.0)	
	High calorie	51(11.6)	16(10.6)	19(12.4)	16(11.9)	
The big change after taking fast food	It's difficult to digest.	24(5.5)	8(5.3)	9(5.9)	7(5.2)	11.603 (0.170)
	Increasing speed of taking food	74(16.7)	28(18.5)	29(19.0)	17(12.3)	
	Decreasing the size of meal	98(22.2)	41(27.2)	34(22.2)	23(16.7)	
	Increasing the preference of Western food	102(23.1)	35(23.2)	33(21.6)	34(24.6)	
	Increasing a frequency of eating out	26(5.9)	9(6.0)	9(5.9)	8(5.8)	
	No changes	142(32.1)	38(25.2)	48(31.4)	56(40.6)	

5. 패스트푸드 이용횟수에 따른 식사습관

패스트푸드 이용횟수에 따른 식사습관을 비교하기 위해 교차분석을 실시한 결과 <Table 12>와 같이 결식여부에서만 차이를 보였다. 결식여부에서는 전체 결식을 하지 않는다가 44.5%로 가장 높게 나타났으며, 매일 한 끼 이상이 16.1%, 일주일에 1-2번이 15.2%순이며, '결식을 하지 않는다'는 항목에서 비이용자의 53.0%가 자주이용자 46.9%와 보통이용자 35.1%보다 높게 나타났으며, 매일 한 끼 이상에서는 자주이용자가 19.6% 보통이용자 15.6%와 비이용자 12.9%보다 높은 것으로 나타나 패스트푸드를 많이 이용할수록 결식횟수가 많다는 것을 알 수 있다.($p < 0.05$). 이는 초등학생을 대상으로 한 (Shin 2008)의 연구에서 패스트푸드를 주 2 회 이상 섭취하는 아동이 아침식사를 더 결식하는 경향을 보인 것과 비슷하였다. (국민건강통계2008)에서 끼니별 결식률은 아침 식사 결식률이 20.9%로 가장 높았고, 점심 및 저녁식사 결식률은 각각 4.7%, 4.3%로 나타났으며, 연령별로는 만19~29세의 결식률이 끼니와 상관없이 가장 높았다. 또한 소득수준이 낮은 군에서 결식률이 높은 경향을 보였다. (Kim 1999)의 연구에서는 '많은 간식의 섭취 와 식욕이 없어서'를 결식의 이유로 들었다. 청소년기는 성장이 지속적으로 이루어지는 시기로 결식으로 인해 영양불균형이 오지 않도록 올바른 간식 섭취와 규칙적인 식습관 확립이 필요하다.

다른 식사습관을 보면 하루 3번 식사를 한다 67.8%, 2번 18.3%, 4번 이상 12.0%로 나타났다. 편식여부에서는 약간 편식한다가 66.2%로 전체적으로 약간씩 편식을 하는 것을 알 수 있다. 이는 편식을 '조금하는 편이다' 42.2%로 나온 (Song 2005), 56.5%의 (Lee 2002)와 유사한 것을 알 수 있다. 편식식품으로는 생선류가 34.5%, 콩류 27.5%, 채소류 25.9%순으로 나타났다. (Han 2008)의 초등학생의 연구에서는 편식이 전체 65.2%로 약간 편식한다고 응답했고, 자주이용자의 편식이 더 심한 것으로 나타났으며($p < 0.01$) 편식식품으로는 콩류와 채소류가 높았다.

<Table12> The eating habits according to frequency of using fast food

N(%)

	Topic	N(%)	frequency of using fast food			X ² (p)
			Frequently	Regularly	Occasionally	
Frequency of a meal in a day	Once	8(1.9)	4(2.8)	1(0.6)	3(2.2)	3.388 (0.759)
	Twice	79(18.3)	27(18.8)	28(18.2)	24(17.9)	
	Three times	293(67.8)	93(64.6)	106(68.8)	94(70.1)	
	Over 4 times	52(12.0)	20(13.9)	19(12.3)	13(9.7)	
Skipping a meal	Not at all.	191(44.5)	67(46.9)	54(35.1)	70(53.0)	16.986* (0.030)
	More once every day	69(16.1)	28(19.6)	24(15.6)	17(12.9)	
	3 or 4 times in a week	64(14.9)	22(15.4)	26(16.9)	16(12.1)	
	Once or twice in a week	65(15.2)	13(9.1)	32(20.8)	20(15.2)	
	Once or twice in a month	40(9.3)	13(9.1)	18(11.7)	9(6.8)	
Eating only what they want	Not at all.	101(23.5)	27(19.0)	34(22.1)	40(30.1)	7.463 (0.113)
	A little	284(66.2)	98(69.0)	101(65.6)	85(63.9)	
	Not a little	44(10.3)	17(12.0)	19(12.3)	8(6.0)	
The food of eating only what they want	Meets	24(6.2)	10(7.4)	9(6.5)	5(4.4)	5.991 (0.816)
	Fishes	133(34.5)	45(33.3)	47(34.1)	41(36.3)	
	Vegetables	100(25.9)	40(29.6)	34(24.6)	26(23.0)	
	Beans	106(27.5)	32(23.7)	40(29.0)	34(30.1)	
	Fruits	7(1.8)	1(0.7)	4(2.9)	2(1.8)	
	Milk and dairy foods	16(4.1)	7(5.2)	4(2.9)	5(4.4)	

*p<0.05

6. 패스트푸드 이용횟수에 따른 외식

패스트푸드 이용횟수에 따른 외식문화를 비교하기 위해 교차분석을 실시한 결과 <Table 13>과 같이 외식횟수에서 차이를 보였다. 외식횟수에서는 한 달에 2-3번이 38.6%, 거의 안 한다 37.2%, 일주일에 1-2 번 19.7%의 순으로 나타났다. (국민건강통계 2008)에서 외식 섭취빈도는 주 1-6회가 47.9%로 가장 높게 나온 것과는 차이를 보였다. '거의 안 한다'에서는 비 이용자가 44.7%로, 자주이용자 37.3%와 보통이용자 30.7%보다 높게 나타났으며, 반면 일주일에 3번 이상일 경우 비 이용자 0.8%보다 보통이용자 4.6%와 자주이용자 7.7%가 높게 나타났다($p<0.05$). 또한 외식 시 주로 먹는 음식에서는 한식이 51.0%로 가장 많았으며 양식 21.3%, 패스트푸드 13.6%순으로 나타났으나, 유의미한 차이는 없었다. (Han 2008)의 초등학생의 연구에서 패스트푸드 이용횟수가 많을수록 외식횟수가 유의적으로 높게 나타난 것과는 차이가 있었으며($p<0.001$). 패스트푸드 이용횟수가 많을수록 양식과 패스트푸드 선택의 응답이 더 높았으며, 한식선택의 응답은 더 낮게 나타났다($p<0.01$).

<Table13> The eating out according to frequency of using fast food

Topic	N(%)	The count of using fast food			X ² (p)
		Frequently	Regularly	Occasionally	
Frequency of eating out	Over 3 times per a week	19(4.4)	11(7.7)	7(4.6)	15.573* (0.016)
	Once or twice per a week	84(19.7)	32(22.5)	31(20.3)	
	Twice or 3 times per a month	165(38.6)	46(32.4)	68(44.4)	
	There are few times	159(37.2)	53(37.3)	47(30.7)	
The menu of eating out	Korean food	213(51.0)	75(54.3)	71(46.7)	14.103 (0.079)
	Western food	89(21.3)	23(16.7)	41(27.0)	
	Japanese food	19(4.5)	4(2.9)	5(3.3)	
	Chinese food	40(9.6)	14(10.1)	11(7.2)	
	Fast food(Hamburg, chicken and pizza etc.)	57(13.6)	22(15.9)	24(15.8)	

* $p<0.05$

패스트푸드 이용횟수에 따른 간식의 횟수를 비교하기 위해 교차분석을 실시한 결과 <Table 14>와 같이 집단 간 뚜렷한 차이를 보였다. 간식의 횟수는 하루에 1번이 29.1%, 수시로 먹는다 25.1%, 거의 안 먹는다 20.4%로 나타났다. 이는 고등학생을 대상으로 한 (Park 2008)의 연구결과 간식을 1회 섭취하는 학생이 40.8%로 가장 높게 나타났으며, 중학생을 대상으로 한 (Lee 2000), (Oh 2003)의 연구 결과에서도 하루1회가 가장 높은 것과 같은 결과를 보인다. 에너지 및 각종 영양소의 필요량이 가장 큰 시기인 청소년기에는 세끼식사 이외에 간식을 통한 성장에 필요한 영양소 섭취가 필요하다(Park 2008). 따라서 올바른 간식을 선택하기 위한 영양교육이 필요한 실정이다.

‘거의 안 먹는다’에서는 비이용자의 31.8%가 자주이용자 12.8%와 보통이용자 17.6%보다 높게 나타났다. 반면 ‘수시로 먹는다’의 경우 비이용자 15.2%는 자주이용자 39.7%와 보통이용자 20.3%보다 낮게 나타나 패스트푸드를 즐겨먹는 집단일수록 간식도 즐겨 먹는다는 것을 알 수 있다(p<0.001).

<Table14> The refreshments according to frequency of using fast food

Topic	N(%)	frequency of using fast food			X ² (p)
		Frequently	Regularly	Occasionally	
Frequently	107(25.1)	56(39.7)	31(20.3)	20(15.2)	43.393*** (0.000)
3 times in a day	37(8.7)	8(5.7)	15(9.8)	14(10.6)	
Twice in a day	71(16.7)	30(21.3)	25(16.3)	16(12.1)	
Once in a day	124(29.1)	29(20.6)	55(35.9)	40(30.3)	
Sometimes	87(20.4)	18(12.8)	27(17.6)	42(31.8)	

***p<0.001

7. 패스트푸드 이용횟수에 따른 영양지식

패스트푸드 이용횟수에 따른 영양지식을 살펴보기 위해 정답인 경우 1점을 부여하고 오답인 경우 0점을 부여하여 총점 10점 만점으로 나타난 결과는 <Table 15>와 같이 나타났으며, 통계적으로 유의미한 차이를 보이지 않았다.

<Table15> The nutritional knowledge according to frequency of using fast food

Topic	N(%)	frequency of using fast food			X ² (p)
		Frequently	Regularly	Occasionally	
The nutritional knowledge	6.23±2.94	6.42±3.00	3.44±2.94	5.80±2.86	36.958(0.118)

패스트푸드 이용횟수에 따른 영양지식에 대한 정답률을 알아보기 위해 교차 분석을 실시 한 결과 <Table 16>과 같이 나타났다. ‘가끔 하는 술과 담배는 스트레스 해소에 도움이 돼서 괜찮다’는 항목에서는 56.9%의 정답률을 보였으며, 자주이용자 62.9%와 보통이용자 61.4%가 비 이용자 45.1%보다 정답률이 높게 나타났다(p<0.01). 이는 패스트푸드이용횟수가 많을수록 영양지식 점수가 낮게 나온 (Song 2005)의 결과와 반대되는 것으로, 단순히 영양지식이 없어서 패스트푸드를 선택하는 것이 아니라, 영양지식을 알고 있지만 실천하지 않는 학생들도 많다는 것을 보여준다. 따라서 단순히 알고 있는 지식이 아니라 실생활에서 실천 가능한 영양교육 프로그램을 개발하는 것이 필요하다는 것을 시사한다. 또한 ‘간식으로는 과자, 사탕보다는 신선한 과일이나 우유가 좋다’항목에서는 71.0%의 높은 정답률을 보였으며, 자주이용자 75.5%와 보통이용자 76.3%가 비이용자 60.2%보다 정답률이 높게 나타나 유의미한 차이를 보였다 (p<0.01). 영양지식에 대한 정답률에서는 패스트푸드의 이용횟수와는 상관없이 전반적으로 비슷한 지식수준을 보유하고 있는 것으로 유추해 볼 수 있다.

<Table16> The correct answer percent of nutritional knowledge according to frequency of using fast food

N(%)

Topic	N(%)	Frequency of using fast food			X ² (p)
		Frequently	Regularly	Occasionally	
Calcium is much included in not only dairy products but also fish eating with bone and green vegetables.	329(76.7)	111(77.6)	112(73.2)	106(79.7)	1.784(0.410)
There is no problem although not to eat breakfast, if we eat lunch and dinner fully and take nutritional supplements.	296(69.0)	100(69.9)	109(71.2)	87(65.4)	1.217(0.544)
Trans fat is not good for healthy, because of raising a percent of bad cholesterol percent in blood.	309(72.0)	105(73.4)	116(75.8)	88(66.2)	3.498(0.174)
Calorie of 1piece of pizza (Large) is similar to one of boiled potato.	213(49.7)	76(53.1)	82(53.6)	55(41.4)	5.314(0.070)
Vitamin C helps that iron is absorbed.	191(44.7)	63(44.4)	64(42.1)	64(48.1)	1.050(0.592)
Obesity is the status of stacked fat, in spite of skinny person, could be obesity.	282(65.7)	97(67.8)	99(64.7)	86(64.7)	0.419(0.811)
If drinking water much, body swells up and gets fat, so it's enough for 2 or 3 cups of water in a day.	258(60.4)	86(61.0)	99(64.7)	73(54.9)	2.897(0.235)
Anemia is the disorder that is not related to taking nutrition.	250(58.4)	84(58.7)	94(61.8)	72(54.1)	1.744(0.418)
It's sometimes drinking alcohol or smoking is fine for releasing stress.	244(56.9)	90(62.9)	94(61.4)	60(45.1)	10.943** (0.004)
It's for refreshments better fresh fruits or milk than cookie or candy.	304(71.0)	108(75.5)	116(76.3)	80(60.2)	11.118** (0.004)

** p<0.01

8. 패스트푸드 이용횟수에 따른 영양표시제 고려여부

패스트푸드 이용횟수에 따른 영양표시제에 대한 고려여부를 알아보기 위해 교차분석을 실시한 결과 <Table 17>과 같이 모든 요인에서 뚜렷한 차이를 보이지 않는 것으로 나타났다. 식품 구입 시 영양표시제에 대한 고려 여부에서 ‘그렇다’가 71.8%로 나타났으며 표시내용을 확인하는 이유는 영양소의 성분을 알아보기 위해 31.8%, 체중관리를 위해 25.8%, 몸에 해로운 성분이 있는지 알아보기 위해 21.6%의 순으로 나타났으며 가장 중요하게 생각하는 요인으로는 열량이 34.0%로 가장 많았으며 지방 18.6%, 트랜스지방 14.4%의 순이었다.

남자고등학생을 대상으로 한 (Hong 2009)의 연구에서는 대부분의 식품에서 ‘열량’을 가장 많이 선택 하였으며, 초등학생들을 대상으로 조사한 (Lee 2008)의 연구결과와도 같다. 이는 가공식품의 특성상 고열량식품이 많기 때문에 ‘열량’에 대한 관심이 높은 것이라 생각된다.(Choi 2010).

또한 영양표시 된 식품에 대한 지식이 식품 구입에 어떤 영향 미치는지에 대한 여부에서는 ‘별다른 변화 없다’, 구매 시 영양표시에 관심은 있으나 반드시 확인하지는 않는다가 각각 37.2% 로 나타났으나, 차이는 보이지 않았다. 패스트푸드의 영양성분 표시에 대한 필요성에서 고등학교 남학생의 73.6%, 여학생 81.8%가 필요한 것으로 응답한 (Song 2005)의 연구결과를 바탕으로 필요성에 대한 인식은 있으나 확인은 하지 않는 것을 볼 수 있다. 이는 영양표시에 대한 적절한 교육과 홍보가 부족함을 알 수 있다. 따라서 영양표시제도 정착을 위해 좀 더 다양한 교육방법의 개선이 요구된다.

<Table17> The consideration of nutrition labeling

		N(%)				
	Topic	N(%)	Frequency of using fast food			X ² (p)
			Frequently	Regularly	Occasionally	
The consideration of nutrition labeling, when buying food.	Yes	295(71.8)	105(76.6)	101(69.7)	89(69.0)	2.417 (0.299)
	No	116(28.2)	32(23.4)	44(30.3)	40(31.0)	
The reason of checking the nutrition labeling, when buying food.	For checking whether included in ingredients of injurious to health.	82(21.6)	30(24.0)	27(19.4)	25(21.6)	9.401 (0.310)
	For checking what kind of ingredients is included.	121(31.8)	30(24.0)	55(39.6)	36(31.0)	
	For comparing with nutrition labeling of another company's products.	23(6.1)	10(8.0)	7(5.0)	6(5.2)	
	For health care	56(14.7)	19(15.2)	16(11.5)	21(18.1)	
	For weight management	98(25.8)	36(28.8)	34(24.5)	28(24.1)	
The best important thing of the nutrition labeling	Calory	130(34.0)	46(35.7)	47(33.6)	37(32.7)	19.886 (0.465)
	Carbohydrate	19(5.0)	8(6.2)	5(3.6)	6(5.3)	
	Saccharide	8(2.1)	2(1.6)	4(2.9)	2(1.8)	
	Protein	27(7.1)	6(4.7)	15(10.7)	6(5.3)	
	Fat	71(18.6)	26(20.2)	27(19.3)	18(15.9)	
	Saturated fat	28(7.3)	8(6.2)	6(4.3)	14(12.4)	
	Trans fat	55(14.4)	19(14.7)	16(11.4)	20(17.7)	
	Cholesterol	15(3.9)	4(3.1)	9(6.4)	2(1.8)	
	Sodium	13(3.4)	4(3.1)	5(3.6)	4(3.5)	
	Dietary fiber	4(1.0)	1(.8)	1(.7)	2(1.8)	
Vitamin or minerals	12(3.1)	5(3.9)	5(3.6)	2(1.8)		
How the knowledge of products expressed the nutrition labeling impacts with buying food	When buying food, make it a point to check the nutrition labeling.	98(25.7)	31(23.8)	35(25.7)	32(27.6)	1.240 (0.871)
	When buying food, have concern about the nutrition labeling but, don't check always.	142(37.2)	47(36.2)	54(39.7)	41(35.3)	
	Changes nothing.	142(37.2)	52(40.0)	47(34.6)	43(37.1)	

패스트푸드 이용횟수에 따른 영양표시제에 대한 관련 지식에 대한 정답률 알아보기 위해 교차분석을 실시한 결과 <Table 18>과 같이 모든 요인에서 뚜렷한 차이를 보이지 않는 것으로 나타났다. 영양표시제에 대한 지식의 정답률에서도 패스트푸드의 이용횟수와는 상관없이 전반적으로 비슷한 지식수준을 보유하고 있는 것으로 유추해 볼 수 있다.

<Table18> The knowledge about the nutrition labeling

Topic	N(%)	Frequency of using fast food			X ² (p)
		Often	Regularly	Occasionally	
		Frequently	Regularly	Occasionally	
Carbohydrate is 4 calory per 1g, protein is 4 calory per 1g and fat is 9 calory per 1g.	181(45.6)	61(45.9)	63(44.7)	57(46.3)	0.961(0.079)
Overindulgence of sodium let blood pressure goes up, so lead to cardiovascular disorder and hypertensive crisis.	193(48.6)	64(48.1)	72(51.1)	57(46.3)	0.606(0.739)
If having diabetes or risk, be careful of amount of sugar intake.	218(55.1)	79(59.4)	79(56.0)	60(49.2)	2.770(0.250)
Vegetables and fruits fully contained dietary fiber lower the crisis of cardiovascular disorder.	189(47.7)	65(48.9)	72(51.1)	52(42.6)	1.973(0.373)
In case of having two (160g) of above food, calory of intake is 285kcal.	93(23.4)	33(24.8)	27(19.1)	33(26.8)	2.375(0.305)

패스트푸드 이용횟수에 따른 영양교육필요성에 대한 인식을 알아보기 위해 교차분석을 실시한 결과 <Table 19>와 같이 자신의 건강상태에 대한 인식에서만 차이를 보이는 것으로 나타났다. 자신의 건강상태에 대한 생각의 여부에서 보통이다가 40.3%로 가장 많았으며, 건강하다 26.3%, 건강하지 않다 14.7%, 매우건강하다 10.3%로 나타났다. 중학생을 대상으로 한 (Park 2009)의 연구에서는 건강한편이다 65.2%, 매우건강하다 27.8%로 대부분의 학생들이 건강하다고 응답한 것과는 차이가 있었다. ‘매우건강하다’의 경우 자주이용자 6.0%와 보통이용자 8.2%가 비이용자 17.3%보다 낮게 나타난 반면, ‘건강하지 않다’에

서 자주이용자 24.6%가 보통이용자 11.6%와 비이용자 7.9%보다 더 많은 것으로 나타나 패스트푸드를 즐겨먹는 집단 일 경우 가 자신의 건강이 더 좋지 않다고 인식하고 있는 것을 알 수 있다($p < 0.01$)

다른 요인에서는 패스트푸드에 관한 영양교육을 받은 경험의 유무에서 없다고 응답한 경우 가 64.9%였고, 영양교육에 대한 필요성에서는 보통이다 40.3%, 필요하다 34.4%, 매우필요하다 14.3%로 나타났으며 영양교육프로그램 시청여부에서는 보통이다 39.0%, 시청하지 않는다 29.2%, 전혀 시청하지 않는다 15.9%로 나타났다.

또한 패스트푸드관련 영양교육 시 교육을 받을 의향에서는 보통이다 48.3%, 받고 싶다 20.0%, 받고 싶지 않다 19.0%로 나타났고, 영양정보의 정보원으로는 TV/라디오 38.4%, 인터넷 24.9%, 잡지 9.1%로 나타났으며, 영양교육프로그램의 도움 정도는 보통이다 45.0%, 도움이 된다 31.0%로 인식하고 있었다.

마지막으로 영양교육이 음식을 고를 때 영향을 미치는지에 대한 여부에서 보통이다 40.8%, 영향을 미친다 27.0%, 영향을 미치지 않는다 16.7%로 대부분은 영양교육에 대한 인식을 보통 또는 그 이상의 긍정적인 영향을 미치는 것으로 응답하였다. 하지만 패스트푸드의 이용횟수에 따른 집단 간 뚜렷한 차이는 보이지 않았다.

<Table19> The awareness of necessity for nutritional education

N(%)

Topic	N(%)	The count of using fast food			X ² (p)
		Frequently	Regularly	Occasional ly	
How do you think about your physical condition by yourself	Very unhealthy	34(8.4)	13(9.7)	10(6.8)	26.064** (0.001)
	Unhealthy	60(14.7)	33(24.6)	17(11.6)	
	Normal	164(40.3)	46(34.3)	66(45.2)	
	Healthy	107(26.3)	34(25.4)	41(28.1)	
	Very healthy	42(10.3)	8(6.0)	12(8.2)	
Whether there's experience of receiving train about fast food	Yes	142(35.1)	52(39.1)	51(34.9)	1.887 (0.389)
	No	263(64.9)	81(60.9)	95(65.1)	
Whether there's necessity of nutritional education about fast food	Not at all.	13(3.2)	6(4.5)	5(3.4)	13.016 (0.111)
	No	32(7.9)	10(7.5)	11(7.5)	
	Normal	164(40.3)	60(45.1)	50(34.2)	
	Yes	140(34.4)	41(30.8)	63(43.2)	
	Very much.	58(14.3)	16(12.0)	17(11.6)	
Whether watching of nutritional education program every week	Not at all.	65(15.9)	23(17.2)	24(16.4)	8.046 (0.429)
	No	119(29.2)	42(31.3)	46(31.5)	
	Normal	159(39.0)	49(36.6)	59(40.4)	
	Yes	46(11.3)	15(11.2)	13(8.9)	
	Often	19(4.7)	5(3.7)	4(2.7)	
Do you want to get train if there is nutritional education about fast food in school?	Not at all.	27(6.7)	11(8.2)	7(4.8)	9.167 (0.328)
	No	77(19.0)	27(20.1)	31(21.4)	
	Normal	196(48.3)	68(50.7)	66(45.5)	
	Yes	81(20.0)	21(15.7)	35(24.1)	
	Very much.	25(6.2)	7(5.2)	6(4.1)	
Where do you get the nutritional information about fast food?	TV, radio, etc.	156(38.4)	51(38.1)	59(40.4)	7.654 (0.812)
	Internet	101(24.9)	37(27.6)	39(26.7)	
	Magazine	37(9.1)	12(9.0)	11(7.5)	
	Family	33(8.1)	10(7.5)	13(8.9)	
	Teacher	16(3.9)	4(3.0)	5(3.4)	
	Friends	27(6.7)	9(6.7)	6(4.1)	
	Fast food court	36(8.9)	11(8.2)	13(8.9)	
Whether nutritional education program helps nutritional knowledge to some degree	Not at all.	16(3.9)	4(3.0)	4(2.7)	10.442 (0.235)
	No	50(12.3)	19(14.2)	17(11.6)	
	Normal	183(45.0)	65(48.5)	65(44.5)	
	Yes	126(31.0)	39(29.1)	51(34.9)	
	Very much.	32(7.9)	7(5.2)	9(6.2)	
Whether nutritional education affects selecting food	Not at all.	32(7.9)	10(7.5)	11(7.5)	1.553 (0.992)
	No	68(16.7)	22(16.4)	25(17.1)	
	Normal	166(40.8)	58(43.3)	58(39.7)	
	Yes	110(27.0)	35(26.1)	42(28.8)	
	Very much.	31(7.6)	9(6.7)	10(6.8)	

**p<0.01

IV. 변수간의 상관관계

패스트푸드 이용횟수와 각 변수간의 상관관계를 살펴보면 <Table 20>과 같다. 한 달 용돈과 영양지식점수는 양의 상관관계를 나타내었으며($r=0.146$, $p<0.01$), 영양지식과 영양표시제 관련지식도 양의 상관관계를 나타내었다($r=0.356$, $p<0.001$). 따라서 한 달 용돈이 많을수록 영양지식점수는 높은 것을 알 수 있으며, 영양지식이 높을수록 영양표시제 관련지식도 높다는 것을 알 수 있다. 패스트푸드 이용횟수와 식생활습관점수에서 부의 상관관계를 보였는데, 이는 패스트푸드를 이용하는 횟수가 적을수록 식생활습관의 점수가 높다는 것을 알 수 있다($r=-0.122$, $p<0.05$).

<Table20> The correlation between The count of using fast food and each variable

	Father's level of education	Mother's level of education	Pocket money during 1 month	BMI	Eating habits	Nutritional knowledge	Knowledge about nutritional labeling	frequency of using fast food
Father's level of education	1	0.594***	0.126**	0.005	0.091	0.017	0.034	0.058
Mother's level of education		1	0.085	-0.003	0.089	0.009	-0.001	0.055
Pocket money during 1 month			1	-0.074	-0.069	0.146**	0.057	0.060
BMI				1	-0.030	-0.044	-0.057	-0.028
Eating habits					1	0.009	0.049	-0.122*
Nutritional knowledge						1	0.356***	0.084
Knowledge about nutritional labeling							1	0.035
frequency of using fast food								1

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

패스트푸드 이용횟수: 역코딩

V. 요약 및 결론

본 연구는 고등학생의 패스트푸드 이용실태, 식생활 습관, 식사습관, 영양지식, 영양표시제 고려여부와 관련지식, 영양교육 필요성에 대한 인식을 조사하여, 패스트푸드 이용 횟수에 따른 이들 변수의 차이가 있는지 알아보고자 하였다. 본 연구의 대상자는 경기도 부천시지역에 소재하는 일반계 고등학교의 1, 2, 3학년 학생 488명이었고, 패스트푸드 이용횟수에 따라 자주이용자(일주일에 1-2회 이상), 보통이용자(한 달에 2-3회 이상), 비 이용자(한 달에 1회 이하)로 나누어 분석한 결과는 다음과 같다.

패스트푸드를 이용하는 날은 친구 만날 때 32.5% 가장 많이 이용하며, 패스트푸드를 습관적으로 이용한다는 의견이 자주이용자의 31.7%로 보통이용자 9.8%와 비 이용자 7.1%보다 높게 나타났으며, 비 이용자의 경우 특별한 날에만 먹는다 27.0%는 의견이 높게 나타나 보통이용자 16.6%와, 자주이용자 8.1%보다 자주 먹지 않는 습관을 보여주어 유의미한 차이를 보였다($p<0.001$). 패스트푸드를 자주 이용하는 요일은 일요일 또는 공휴일에 이용한다는 의견이 40.5%로 가장 많았으며, 자주이용자가 요일에 관계없이 이용한다는 의견이 42.6%로, 보통이용자의 25.8%와 비 이용자 30.9%와 비교해 많은 것으로 나타나 유의미한 차이를 보였다($p<0.001$). 또한 패스트푸드를 자주 이용하는 시간은 점심시간 53.3%이 가장 높았다.

패스트푸드 선택의 이유를 살펴보면 맛 48.0%, 먹기 간편해서 25.3%, 가격이 적당해서 10.1%등이었으며, 맛이 좋아서 선택한다는 의견이 자주이용자 51.3%와 보통이용자 55.3%가 비 이용자 35.8%보다 높게 나타나 차이를 보였다($p<0.01$). 또한 패스트푸드 선택 시 영향을 주는 요인은 매스컴이 44.9%, 친구 34.4%, 인터넷/신문/잡지 14.1%등의 순이며, 패스트푸드 구매 시 고려사항으로는 맛 48.7%, 가격 25.8%으로 나타났다.

패스트푸드 이용 횟수에 따른 패스트푸드의 선호도는 아이스크림>치킨>피자>감자튀김>라면>햄버거>탄산음료>도넛>핫도그의 순이었다. 전체적으로 모든 패스트푸드의 선호도 점수는 3.30이상(5점 척도)으로 보통 이상으로 좋아하는 것을 알 수 있었으며, 패스트푸드의 이용횟수가 많을수록 모든 종류의 패스트푸드 선호도가 높은 것을 알 수 있다.

패스트푸드 이용횟수에 따른 조사대상자의 일반적 특성은 학년과 성별, 어머니의 직업에서만 차이를 보였다. 조사대상자의 학년은 고등학교 3학년이 45.9%, 2학년 27.6%, 1학년 26.2%로 집계되었으며 자주 이용자 46.6%와, 보통 이용자 52.4%는 3학년이 많았으며, 비 이용자는 34.8%로 2학년이 가장 많은 것으로 나타나 유의미한 차이를 보였다($p<0.05$). 성별에서는 남학생 43.9%, 여학생 56.1%로 집계되었고 패스트푸드 이용횟수에서는 여학생에서 자주이용자 63.8%가 보통이용자 54.9%와 비 이용자 49.7%보다 많았고 남학생의 경우는 비 이용자 50.3%가 자주이용자 36.2%보다 높게 나타나 여학생이 패스트푸드의 이용횟수가 더 많은 것을 알 수 있었다($p<0.05$). 어머니의 직업은 무직(주부포함)이 30.3%로 가장 높았으며, 어머니가 주부일 경우 보통이용자 42.0%와 비 이용자 33.0%가 자주이용자 27.7%보다 많은 것으로 유의미한 차이를 보였다($p<0.05$).

조사대상자의 일반적 특성 중 학생의 한 달 용돈은 3-5만원 미만이 32.5%로 가장 많았다. 5만 원 이상인 경우는 자주이용자 23.9%와 보통이용자 23.0%가 비 이용자 19.4%보다 높게 나타나 학생의 한 달 용돈이 많은 경우 패스트푸드를 이용하는 횟수가 많다는 것을 알 수 있다($p<0.01$).

식생활 전체 습관에서는 전체평균이 53.10점(총점 85점)으로 나타났고 자주이용자의 경우 51.38점, 보통이용자 53.64점, 비 이용자 54.32점으로 패스트푸드를 적게 이용하는 집단일수록 식생활습관에 대한 점수가 높다는 것을 알 수 있다. 이를 하위요인 별로 살펴보면 먼저 짠 음식과 기름진 음식을 적게 먹는다는 생활습관에서 차이를 보였다. 자주 이용자의 경우 2.77점(5점 척도), 보통

이용자 2.99점, 비 이용자 3.15점으로 비이용자가 훨씬 담백한 음식을 먹는 습관을 갖고 있는 것으로 유의미한 차이를 보였다($p < 0.001$).

식사습관 중 결식여부에서는 비 이용자의 경우 결식을 하지 않는다 53.0%가 자주이용자 46.9%와 보통이용자 35.1%보다 높은 것으로 나타나 패스트푸드를 많이 이용할수록 결식횟수가 많다는 것을 알 수 있다. ($p < 0.05$). 외식횟수에서는 외식을 거의 안 한다는 항목에서 비 이용자 44.7%가 자주이용자 37.3%와 보통이용자 30.7%보다 높았다($p < 0.05$). 간식의 횟수에서 ‘거의 안 먹는다’는 항목에서는 비이용자의 31.8%가 자주이용자 12.8%와 보통이용자 17.6%보다 높게 나타나 패스트푸드를 즐겨먹는 집단일수록 간식도 즐겨 먹는다는 것을 알 수 있으며, 유의미한 차이를 보였다($p < 0.001$).

패스트푸드 이용횟수에 따른 영양지식에 대한 정답률에서는 ‘가끔 하는 술과 담배는 스트레스 해소에 도움이 돼서 괜찮다’ 56.9%가 가장 높은 정답률을 보였으며, 자주이용자 62.9%와 보통이용자 61.4%가 비 이용자의 45.1%보다 높아 유의미한 차이를 보였다($p < 0.01$). 또한 ‘간식으로는 과자, 사탕보다는 신선한 과일이나 우유가 좋다’항목에서는 전체적으로 71.0%의 높은 정답률을 보였으며, 자주이용자의 75.5%와 보통이용자의 76.3%가 비 이용자 60.2%보다 정답률이 높아 유의미한 차이를 보였다($p < 0.01$).

패스트푸드 이용횟수에 따른 영양표시제에 대한 고려여부에서는 ‘그렇다’가 71.8%로 가장 높았으며, 이유는 영양소의 성분확인이 31.8%, 체중관리 25.8%, 몸에 해로운 성분이 있는지 알아보기 위해 21.6%의 순이었으며, 가장 중요하게 생각하는 요인으로는 열량 34.0%, 지방 18.6%, 트랜스지방 14.4%의 순이었다.

패스트푸드 이용횟수에 따른 영양교육필요성에 대한 인식에서 ‘매우 건강하다’의 경우 자주이용자 6.0%와 보통이용자 8.2%가 비 이용자 17.3%보다 낮게 나타나 패스트푸드를 즐겨먹는 집단 일 경우가 자신의 건강이 더 좋지 않다고 인식하고 있는 것을 알 수 있다($p < 0.01$). 패스트푸드에 관한 영양교육을 받은

경험의 유무에서는 없다고 응답한 경우가 64.9%였으며, 영양교육에 대한 필요성에서는 보통이다 40.3%, 필요하다 34.4%, 매우 필요하다 14.3%의 순이었다. 패스트푸드관련 영양교육 시 교육을 받을 의향에서는 보통이다 48.3%, 받고 싶다 20.0%, 받고 싶지 않다 19.0%로 나타났다. 영양교육프로그램의 도움 정도는 보통이다 45.0%, 도움이 된다 31.0%로 나타났다. 이처럼 대부분은 영양교육에 대한 인식을 보통 또는 그 이상의 긍정적인 영향을 미치는 것으로 응답하였다.

패스트푸드 이용횟수와 식생활습관점수에서 부의 상관관계를 보였는데, 이는 패스트푸드를 이용하는 횟수가 적을수록 식생활습관의 점수가 높다는 것을 알 수 있다($r=-0.122$, $p<0.05$). 이상의 결과로 볼 때, 바람직한 식생활 습관을 가질수록 패스트푸드 이용 횟수가 적다는 것을 알 수 있다. 반면 영양지식에 있어서는 패스트푸드 이용횟수가 높은 집단에서 영양지식 점수가 높게 나온 것을 볼 수 있다. 이는 영양지식은 있지만 실생활에서 실천하지 않는 것을 보여주는 예로써 실천 가능한 현장 중심 교육이 필요함을 나타낸다. 따라서 평소에 체계적인 영양교육을 통해서 맛보다는 건강을 고려하여 식품을 선택 할 수 있도록 해야 한다.

패스트푸드관련 영양교육이나 인식에 있어서는 대부분 긍정적이고 필요하다는 생각은 가지고 있지만 영양교육을 받은 유무는 없다는 의견이 64.9%로 보아 따로 시간을 내서 교육하기 어려운 학생들에게 패스트푸드 선택 시 영양표시를 고려할 수 있도록 학교에서의 영양교육과 패스트푸드 제공 업체의 정확하고 알기 쉬운 표시가 이루어져야 할 것이다.

참 고 문 헌

대한지역사회 영양학회. 청소년을 위한 영양지침.

<http://nutrition.kfda.go.kr/foodlife>

보건복지가족부, 질병관리본부. 2008 국민건강통계.

연합뉴스. 2005. 햄버거는 웰빙 안 통하네. 9월21일자.

한국경제. 2004. 맥도날드 '화려한 부활'. 10월20일자.

Appledorf H & Kelly LS. 1979. Proximate and mineral content of fast food. *Journal of American Dietetic Association*, 74.

Bowman SB, Gortmaker SL, Ebbeling CB, Pereira MA & Ludwig DS. 2004. Effects of fast food consumption on energy intake and diet quality among children in a national household survey. *Pediatrics*. 113: 112-118.

Chen C, Lachance P. 1974. An area of concern; the nutritional profile of fast food meal combination. *Food Prod Develop* 8:40-48

Cho KI, Ahn HY, Noh YG. 2006. The effects of customer's satisfaction and wellbeing menu of fast food industry. *Korea Academic Society of Tourism Management*. 20(3):141-160

Cho KS, Im BS, Kim SE, Kim GW. 2005. A survey on consumption behaviors of the fast foods in university students. *Korean Living Science Association*. 14(2): 313-319

Choi ES. 2010. Survey on knowledge about nutrition indications of processed food ingested as snacks and survey on actual ingestion of street food. Focusing on junior high school students in Seoul. Master's degree treatise. Nutrition education The Graduate school

of Education Kyung Hee University.

- Choi MK. 2007. A study on the relationship between fast food consumption patterns and nutrition knowledge, dietary attitude of middle and high school students in Busan. *Korean Journal of Culinary Research*. 13(2): 188-200
- Choi NI. 2008. A survey of middle school students consumption patterns by fast food users by gender, food habits and body mass index(BMI). Major in Home Economics Education Graduate School of Education Kyung Hee National University a Master's degree treatise.
- Han HS. 2008. Comparison of dietary habit and nutrition knowledge according to the frequency of fast food consumption in elementary school students. *The Journal of Living Culture Research*. 23(1):93-110
- Hong YJ. 2009. Comparison of purchases of processed foods, perception and satisfaction regarding the nutrition labels according to nutritional education among high school boys. Graduate School of Education Chungbuk National University. a Master's degree treatise.
- Jeffery RW, French SA. 1999. Preventing weight gain adults: the pound of prevention study. *Am J Public Health*. 89:747-751.
- Jeong JH, Kim SH. 2001. A survey of dietary behavior and fast food consumption by high School Students in Seoul. *Journal of the Korean Home Economics Association*. 39(10):111-124.

- Jeon MJ, Kim BH, Lee KS, Mo SM. 1990. A survey of fast food dining out behaviors. *Journal of the Korean Home Economics Association*. 28(2): 15-29
- Jo HY, Kim SA. 2005. Korean youths' use of fast food and family restaurants in different regions: a comparison among cities and rural towns. *Journal of the Korean Society of Dietary Culture*. 20(1):44-52
- Kim BR. 2009. Fast food consumption pattern and food habit by fast food intake frequency of middle school students in Wonju area. *Korea Home Economics Education Association*. 21(4): 19-33
- Kim CY, Nam SR, Kwak TK. 1990. Evaluation of nutrient density for fast foods selected by middle and high school students in Seoul. *Journal of the Korean Society of Dietary Culture*. 5(3): 361-369
- Kim SH. 1999. Children's growth and school performance in relation to breakfast. *Journal of the Korean Dietetic Association* 5(2): 215-224
- Lee EY. 2008. A study about how the level of food and nutrition labeling knowledge have an effect on dietary behavior in upper class elementary school students. Graduate School of Education Sookmyoung university a Master's degree treatise.
- Lee MY, Kim YA. 2006. The perception and utilization of Korean traditional food and fast food of elementary school children in Ansan Area. *Journal of the Korean Home*

Economics Association. 44(10):109-120

- Lee SS. 2002. The consumption patterns of the fast foods by the elementary school students. *Journal of Korean practical arts education*. 15(4):121-136.
- Lee SW. 2000. A study on nutrition knowledge, nutritional status and food behavior among Korean middle school students. Master's degree treatise. Major in Home Economics Education The Graduate School of Education Sookmyung Women's University.
- Lyu ES, Bae EY, Her ES, Lee KH. 2007. Nutrition knowledge and utilization of information on fast food of secondary school students. *Journal of the Korean Society of Food Science and Nutrition*. 36(6): 727-734
- Min KC. 2007. A study on the relationship between fast food consumption patterns and nutrition knowledge, dietary attitude of middle and high school students in Busan. *Korean Journal of Culinary Research*. 13(2): 188-200
- Oh YM. 2003. A study on nutrition knowledge, food behavior, food intake status and recognition with food service among Korean middle school students provided with and without national school lunch program. Master's degree treatise. Major in Home Economics Education The Graduate School of Education Sookmyung Women's University.
- Park EJ ,Kim KN ,Cho JS. 2005. Dietary habits and nutrient intake according to the frequency of fast food

- consumption among middle school students in Cheongju area. *J of Human Ecology*. 9(2):165-178
- Park HJ. 2007. A study on food consumption patterns, fast food preference and intake of the elementary school students in Gimhae. Master's degree treatise. Department of Home Economics Education Chngwon National University. Graduate School of Education.
- Park JW, Ahn SJ. 2001. A comparative study on Korean's dining-out behaviors classified by age and gender. *Journal of the Korean Society of Dietary Culture*. 16(4): 276-295
- Park NR. 2009. The dietary life attitude and the fast foods consumption patterns of teenagers. Graduate School of Konkuk University a Master's degree treatise.
- Park SJ. 2008. A study on the dietary behavior and fast food consumption of rural high school Students. Major in Nutrition Education, Graduate School of Education Chonnam National University a Master's degree treatise.
- Park SY. 2008. The eating habits of the high school students in the Daegu region, and their recognition and utilization of food nutrition labeling. Master's degree treatise. Department of Nutrition Education Graduate School of Education Keimyung University.
- Park SY. 2009. Fast food consumption patterns and brand preference of middle school students in Ulsan.

Master's degree treatise. Majoring in Nutrition Education Graduate School of Education Ulsan University.

Park SY. 2010. Perception and utilization of Korean traditional food and fast food of high school students in Jeonnam area. Master's degree treatise. Major in Nutrition Education Graduate School of Education Mokpo University, Korea.

Ries CP, Kline K & Weaver SO. 1987. Impact of commercial eating on nutrient adequacy. *Journal of American Dietetic Association*, 87.

Shannon BM, Parks SC. 1980. Fast foods: a prospective on their nutritional impact. *J Am Diet Assoc* 76:242-247

Shin EK ,Kim SY, Lee SH, Bae IY , Lee HG. 2008. Fast food consumption patterns and eating habits of 6th grade elementary school children in Seoul. *Journal of the East Asian Society of Dietary Life*. 18(5): 662-674

Sim KH, Kim SA. 1993. Utilization state of fast foods among Korean youth in big cities. *The Korean journal nutrition*. 26(6): 804-811

Song SM. 2005. A study on the Co-relationship of fast food consumption patterns, food behavior, nutritional knowledge and obesity of middle and high school students. Master's degree treatise. Major in Home Economics Education Graduate School of Education, Kosin University

- Yang MO. 2005. A Study on nutritional knowledge, dietary life styles and food preference of middle school students in Goeje region. Kyungnam University, Home Economics Education Masan, Korea a Master's degree Treatise.
- You DR, Park GS, Kim SY, Kim HH & Lee SJ. 2000. Fast food consumption patterns. focused on college students in Taegu Kyungbuk. Journal of the Korean Home Economics Association. 38(2):27-40

ABSTRACT

Comparison of Dietary Behaviors and Nutrition Knowledge According to the Frequency of Fast Food Consumption in High School Students

Kyong Ik Hong

Nutrition Education Major

Graduate School of Education

Sungshin Women's University

The present study surveyed high school students' state of using fast food, dietary habit, nutritional knowledge, nutritional labeling and related knowledge, awareness of necessity for nutritional education, and analyses whether there is divergence of variables. This study's subjects were a total of 488 high school students who are attending first, second and third grade in Bucheon of Gyeonggi-do, and according to the frequency of using fast food, they were classified in frequently (1-2 times in a week), regularly (2-3 times in a month) and occasionally (under once in a month).

The majority date of using fast food was totally when meeting friends 32.5%, and the majority day of using fast food was totally Sunday or Holiday 40.5%. In addition, the best frequent time was totally lunch 53.3%. The best reason for choice was taste 48.0%. A decisive effect on the choice was the media 44.9%. Taken as a whole, the most frequently of

whom eating with was friend and where having was cafeteria(Chain Store) or home 38.3%.

The order for the preferences of fast food according to frequency of using fast food was ice cream, chicken, pizza, fried potato, ramen, hamburger, carbonated drink, donut and hotdog. Generally, the score for all of the fast food's preference is over 3.30 points, as a result, they preferred above average and the more frequency of using fast food, the higher preference for fast food.

The distribution of gender was male 43.9% and female 56.1%, and in case of the frequency of using fast food, female's frequent users 63.8% was higher than male's frequent users 36.2%, so the female's count of using fast food was more ($p < 0.05$). In case of the subject's mother was housewife, regularly 42.0% and occasionally 33.0% were more than frequently 27.7%, so statically there was correlation between groups ($p < 0.05$).

When the propensity of students surveyed was over 50,000 won, frequently 23.9% and regularly 23.0% were more than occasionally 19.4%, as much as student's propensity, there was more frequency for using fast food ($p < 0.01$).

About general eating habit, total mean score was 53.1 points(out of 85 points) and frequent users' score was 51.38 points, regular users' score was 53.64 points and occasional users' score was 54.32 points, so, the less the group uses fast food, eating habit's score was high.

The more the group uses fast food, the more frequency of passing meal ($p < 0.05$). In case of frequent users for using fast food preferred to eat refreshments.

The most correct answer of nutritional knowledge according to frequency of using fast food was “It’s sometimes drinking alcohol or smoking is fine for releasing stress.” and the correct answer percent of nutritional knowledge was not related the frequency of using fast food, generally inferred they have similar knowledge level.

Taken as a whole, The most answer about consideration of nutrition labeling was “Yes” 71.8% and whether nutritional education effects on choosing food was “Normal” 27.0% and “No effect” 16.7%, most of them answered that acknowledge of nutritional education was positive answer of average or above average. But, there were no significant differences between groups according to frequency for using fast food.

Frequency of using fast food and eating habit score showed minus correlation, that is to say, the less the frequency of using fast food, the higher score of eating habits($r=-0.122$, $p<0.05$). According to results, when having desirable eating habit, there was less frequency of using fast food. As a result, always through systematic nutritional education, when they choose food, we have to lead to consider health than taste. Furthermore, when they choose fast food, for considering nutrition labeling, there should be nutritional education in school and exact and noticeable expression from fast food company.

No. _____

설문지

학생 여러분 안녕하십니까?

본 설문지는 경기도지역 고등학생의 패스트푸드 이용실태 및 영양표시제에 관련된 지식 여부를 조사하여 올바른 식품의 선택과 식생활을 위한 영양교육을 수행하는데 필요한 기초자료로 활용하고자 합니다.

여러분이 응답하신 내용은 철저히 비밀이 보장되며 연구목적 이외의 어떤 용도로도 사용하지 않을 것을 약속드리며, 솔직하고 정확하게 응답하여주시면 감사하겠습니다.

◆ 다음 사항을 작성 해 주세요.

<일반적 사항>

1. 현재 몇 학년 입니까? ① 1학년 ② 2학년 ③ 3학년
2. 학생의 성별은? ① 남 ② 여
3. 학생의 나이, 체중, 키는? 만_____세, 체중_____kg, 키_____cm
4. 학생의 가족형태는?
① 조부모, 부모님과 함께 산다. ② 부모님과 함께 산다. ③ 아버지하고만 산다.
④ 어머니하고만 산다. ⑤ 부모님과 헤어져 산다. ⑥ 기타_____

5. 부모님의 교육 정도는?

	① 중졸 이하	② 고졸	③ 전문대졸	④ 대졸	⑤ 대학원이상
아버지					
어머니					

6. 부모님의 직업은?

	① 전문직 (의사, 교수, 교사 등)	② 사무직	③ 자영업 (가게)	④ 판매 및 서비스직	⑤ 노동직 (생산직)	⑥ 없음 (주부 포함)	⑦ 기타
아버지							
어머니							

7. 가족의 한달 수입은 얼마 정도 인가요?

- ① 100만원 미만 ② 100~200만원 미만 ③ 200~300만원 미만
- ④ 300~400만원 미만 ⑤ 400만원 이상

8. 학생의 한달 용돈은 얼마 정도 인가요?

- ① 5천원 미만 ② 5천원~1만원 미만 ③ 1~2만원 미만
- ④ 2~3만원 미만 ⑤ 3~5만원 미만 ⑥ 5만원 이상

9. 방과 후 주로 어떤 활동을 하나요?

- ① 공부(집, 학원) ② 운동 ③ TV시청
- ④ 컴퓨터 이용 ⑤ 친구들과 어울려 놀기 ⑥ 기타_____

<패스트푸드 이용실태>

본 설문지에서 패스트푸드란 학생들이 즐겨먹는 햄버거, 치킨, 피자, 라면, 도넛, 핫도그, 감자튀김, 아이스크림, 탄산음료 등의 종류를 말합니다.

1. 패스트푸드를 얼마나 자주 이용 하나요?
① 1주일에 1~2회 이상 ② 한달에 2~3회 정도 ③ 한달에 1회 이하 ④ 거의 안함
2. 패스트푸드는 주로 언제 이용 하나요?
① 부모님이 집에 안 계실 때 ② 특별한 날(생일, 기념일) ③ 친구 만날 때
④ 학원 등에서 출출할 때 ⑤ 습관적으로 ⑥ 기타_____
3. 패스트푸드를 자주 이용하는 요일은?
① 평일 ② 토요일 ③ 일요일 또는 공휴일 ④ 요일에 관계없이
4. 패스트푸드를 자주 이용하는 시간은?
① 아침(오전6~12시 이전) ② 점심(오전12~오후6시 이전)
③ 저녁(오후6시~밤12시 이전) ④ 새벽(밤12시~새벽4시)
5. 패스트푸드를 선택하는 이유는?
① 맛이 좋아서 ② 가격이 적당해서 ③ 양이 많아서 ④ 영양이 풍부해서
⑤ 종류가 다양해서 ⑥ 시간이 절약돼서 ⑦ 먹기 간편해서 ⑧ 위생적이어서
⑨ 가족, 친구 등의 만남의 장소가 되어서
6. 패스트푸드 구매 시 가장 큰 고려사항은?
① 칼로리 ② 맛 ③ 가격 ④ 건강
⑤ 식품첨가물 ⑥ 서비스 ⑦ 브랜드인지도
7. 패스트푸드를 선택할 때 가장 많은 영향을 주는 매체는?
① 매스컴(TV광고, 라디오 등) ② 인터넷/잡지/신문
③ 부모님 ④ 형제, 자매 ⑤ 친구
8. 패스트푸드를 선택 할 때 영양과 건강에 대해 생각 하나요?
① 항상 ② 가끔 ③ 전혀 생각하지 않는다
9. 패스트푸드는 주로 누구와 같이 먹나요?
① 가족 ② 친구 ③ 혼자서 ④ 기타_____
10. 패스트푸드를 먹는 장소는?
① 식당(체인점)에서만 먹는다.
② 집에서만 먹는다(포장음식이나 배달)
③ 식당(체인점) 또는 집에서 먹는다
④ 식당 이외의 공공장소(영화관, 공원 등)에서 먹는다.
11. 패스트푸드를 한번 먹을 때 음식의 양은?
① 식사용 ② 간식용 ③ 기타_____
12. 패스트푸드를 한번 먹을 때 소요되는 1인 비용은 보통 얼마 정도 인가요?
① 1~5천원 미만 ② 5천원~1만원 미만 ③ 1~2만원 미만 ④ 2만원 이상
13. 패스트푸드를 먹을 때 주로 같이 마시는 음료는?
① 탄산음료(콜라, 사이다 등) ② 주스류 ③ 우유
④ 건강음료(이온, 다이어트음료) ⑤ 물 ⑥ 커피 ⑦ 차
14. 패스트푸드의 가격은 어떤가요?
① 비싸다 ② 적당하다 ③ 싸다 ④ 잘 모르겠다

15. 패스트푸드의 선호도

패스트푸드	선호도				
	①매우 싫어함	②싫어함	③보통	④좋아함	⑤매우 좋아함
1)햄버거					
2)치킨					
3)피자					
4)라면					
5)도넛					
6)핫도그					
7)감자튀김					
8)아이스크림					
9)탄산음료 (콜라,사이다 등)					

16. 패스트푸드에 대한 인식

- ① 열량이 높다.
- ② 해로운 화학첨가물, 조미료가 많이 들어 있다.
- ③ 건강에 좋지 않은 영향을 준다.
- ④ 영양소가 불균형하게 들어 있다.
- ⑤ 영양소가 균형 있게 들어 있다.
- ⑥ 깊게 생각해 본 적이 없다.

17. 패스트푸드의 섭취 시 가장 염려되는 부분은?

- ① 소금(나트륨)이 많음
- ② 탄산음료섭취 증가
- ③ 비타민, 무기질이 부족
- ④ 지방, 트랜스지방이 많음
- ⑤ 비위생적
- ⑥ 높은 열량
- ⑦ 소화가 잘 안됨

18. 패스트푸드를 이용한 후 가장 큰 식생활의 변화는?

- ① 음식 섭취 속도 증가
- ② 식사량 감소
- ③ 서양음식의 선호도 증가
- ④ 외식횟수 증가
- ⑤ 변화 없음

<식생활 습관>

	①전혀 그렇지 않다	②그렇지 않다	③보통이다	④그렇다	⑤매우 그렇다
1. 밥과 다양한 채소, 생선, 유류를 포함하는 반찬을 골고루 매일 먹는다.					
2. 간식으로 신선한 과일을 주로 먹는다.					
3. 우유를 매일 2컵 이상 마신다.					
4. 짠 음식, 짠 국물을 적게 먹는다.					
5. 인스턴트 음식을 적게 먹는다.					
6. 튀긴 음식과 패스트푸드를 적게 먹는다.					
7. 1시간 이상의 신체활동을 적극적으로 한다.					
8. 무리한 다이어트를 하지 않는다.					
9. TV시청과 컴퓨터게임 등을 모두 합해서 하루에 2시간 이내로 제한한다.					
10. 물을 자주, 충분히 마신다.					
11. 탄산음료, 가당 음료를 적게 마신다.					
12. 술을 절대 마시지 않는다.					
13. 아침식사는 거르지 않는다.					
14. 식사는 제 시간에 천천히 먹는다.					
15. 배가 고프더라도 한꺼번에 많이 먹지 않는다.					
16. 불량식품을 먹지 않는다.					
17. 식품의 영양표시와 유통기한을 확인하고 선택한다.					

<영양지식>

구분	①맞다	②틀리다	③모름
1. 칼슘은 유제품뿐 아니라 뼈째 먹는 생선, 녹색 채소에도 많이 있다.			
1. 아침을 안 먹어도 점심, 저녁을 많이 먹고 영양 보충제를 먹으면 괜찮다.			
2. 트랜스지방은 혈액 내 나쁜 콜레스테롤 수치를 높여서 건강에 좋지 않다.			
3. 피자 1조각(대)의 칼로리는 삶은 감자 1개와 비슷하다			
4. 비타민 C는 철분이 흡수되는 것을 도와준다.			
5. 비만은 체내에 지방이 많이 쌓인 상태로 마른 사람도 비만일 수 있다.			
6. 물을 많이 마시면 몸이 붓고 살이 찌므로 하루 2~3잔이면 충분하다.			
7. 빈혈은 영양소 섭취상태와는 관계가 없는 질병이다.			
8. 가끔 하는 술과 담배는 스트레스 해소에 도움이 되어 괜찮다.			
9. 간식으로는 과자, 사탕보다는 신선한 과일이나 우유가 좋다.			

<식사 습관>

1. 하루에 식사를 보통 몇 번 하십니까?
① 1번 ② 2번 ③ 3번 ④ 4번 이상
2. 결식(밥을 굶는 것)을 하십니까? 하신다면 얼마나 자주 하십니까?
① 하지 않는다. ② 매일 한 끼 이상 ③ 일주일에 3~4번 ④ 일주일에 1~2번
⑤ 한 달에 1~2번
3. 편식(음식을 가려먹는 것)을 하나요?
① 전혀 편식하지 않는다. ② 약간 편식한다. ③ 많이 편식한다.
4. 편식한다면 어떤 식품을 싫어 하나요?
① 육류 ② 생선류 ③ 채소류 ④ 콩류 ⑤ 과일류 ⑥ 우유 및 유제품
5. 외식을 자주 하나요?
① 일주일에 3번 이상 ② 일주일에 1~2번 ③ 한 달에 2~3번 ④ 거의 안 한다.
6. 외식할 때 어떤 음식을 주로 먹나요?
① 한식 ② 양식 ③ 일식 ④ 중국식 ⑤ 패스트푸드(햄버거, 치킨, 피자 등)
7. 간식을 먹는 횟수는?
① 수시로 먹는다 ② 하루 3번 ③ 하루 2번 ④ 하루 1번 ⑤ 거의 안 먹는다

<영양표시제 고려여부>

1. 패스트푸드를 선택할 때 영양표시를 고려하는가?
① 그렇다 ② 아니다
2. 패스트푸드 선택 시 영양표시 내용을 확인 하는 이유는?
① 몸에 해로운 성분이 들어 있는지 알아보기 위해
② 어떤 영양소가 들어 있는지 알아보기 위해
③ 다른 회사 제품의 영양성분 표시와 비교하기 위해
④ 건강관리를 위해
⑤ 체중관리를 위해
3. 영양표시 내용 중 가장 중요하게 생각하는 것은?
① 열량
② 탄수화물
③ 당류
④ 단백질
⑤ 지방
⑥ 포화지방
⑦ 트랜스지방
⑧ 콜레스테롤
⑨ 나트륨
⑩ 식이섬유
⑪ 비타민 및 무기질
4. 영양표시 된 대상 식품에 대한 지식이 패스트푸드선택에 어떤 영향을 미치는가?
① 영양표시를 반드시 확인하고 구입한다
② 영양표시에 관심은 가지나 반드시 확인하지는 않는다.
③ 별다른 변화가 없다.

<영양표시제 관련 지식>

영 양 성 분		
1회 제공량 1개 (80g) 총 2회 제공량 (160g)		
1회 제공량당 함량		
열량	285kcal	-
탄수화물	46g	14%
당류	23g	-
단백질	5g	8%
지방	9g	18%
포화지방	2.5g	17%
트랜스지방	2g	-
콜레스테롤	80mg	27%
나트륨	150mg	8%
칼슘	540mg	-

구분	① 맞다	② 틀리다	③ 모름
1. 탄수화물은 1g당 4칼로리, 단백질 1g은 4칼로리, 지방1g은 9칼로리를 낸다.			
2. 나트륨 과잉 섭취 시 혈압을 상승시켜 심혈관계 질환과 고혈압을 일으킨다.			
3. 당뇨병을 앓고 있거나 위험이 있는 경우 당 섭취량에 주의해야 한다.			
4. 식이섬유가 많이 함유된 채소와 과일 등은 심혈관계 질환위험을 낮춘다.			
5. 위의 식품을 2개(160g) 먹은 경우 섭취한 열량은 285kcal이다.			

<영양교육 필요성에 대한 인식>

- 자신의 건강상태에 대해 어떻게 생각하는가?
 ① 매우 건강하지 않다 ② 건강하지 않다 ③ 보통이다 ④ 건강하다
 ⑤ 매우 건강하다
- 패스트푸드에 관해 영양교육을 받은 적이 있는가? ① 있다 ② 없다
- 패스트푸드에 관한 영양교육 필요성이 있다고 생각하는가?
 ① 전혀 필요하지 않다 ② 필요하지 않다 ③ 보통이다
 ④ 필요하다 ⑤ 매우 필요하다
- 영양교육 프로그램(비타민, 생로병사 등)을 매주 시청하는가?
 ① 전혀 시청하지 않는다 ② 시청하지 않는다 ③ 보통이다
 ④ 시청한다 ⑤ 자주 시청한다
- 학교에서 패스트푸드에 관한 영양교육을 한다면 받을 의향이 있는가?
 ① 전혀 받고 싶지 않다 ② 받고 싶지 않다 ③ 보통이다
 ④ 받고 싶다 ⑤ 매우 받고 싶다
- 패스트푸드 관련 영양정보는 주로 어디서 얻는가?
 ① TV, 라디오 등 ② 인터넷 ③ 잡지/신문 ④ 가족
 ⑤ 선생님 ⑥ 친구 ⑦ 패스트푸드매장
- 영양교육프로그램이 영양지식에 어느 정도 도움이 된다고 생각하는가?
 ① 전혀 도움이 안됨 ② 도움이 안됨 ③ 보통이다
 ④ 도움이 된다 ⑤ 매우 도움이 된다
- 영양교육이 음식을 고를 때 영향을 미치는가?
 ① 전혀 영향을 미치지 않음 ② 영향을 미치지 않음 ③ 보통
 ④ 영향을 미침 ⑤ 매우 영향을 미침

- 설문에 응답해 주셔서 감사합니다.