



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

청소년의 식생활 실태 및 패스트 푸드에
대한 인식에 관한 연구

허경옥 교수지도

이 논문을 석사학위논문으로 제출함

2009년 2월

성신여자대학교 교육대학원
교육학과 가정교육전공
이지영

허경옥 교수지도

석사학위청구논문

청소년의 식생활 실태 및 패스트푸드에
대한 인식에 관한 연구

2009년 2월

성신여자대학교 교육대학원

교육학과 가정교육전공

이지영

인 준 서

이지영의 석사학위 논문으로 인준함.

심사위원 인

심사위원 인

심사위원 인

성신여자대학교 교육 대학원

논문개요

청소년기에는 올바른 패스트푸드 섭취에 대한 교육이 절실히 필요하지만 지금까지의 패스트푸드를 중심으로 한 선행연구를 살펴보면 대부분이 식습관 조사 위주의 연구가 진행되었을 뿐 청소년들의 패스트푸드에 대한 식품군별 선호도, 섭취정도에 대한 연구는 미비한 실정이다.

이에 본 연구는 서울 및 경기지역 일부 중·고등학교 남·여학생을 대상으로 평상시 자주 섭취하는 패스트푸드의 종류를 파악하고 패스트푸드에 대한 인식 및 선택요인 등을 분석함으로써 향후 청소년을 대상으로 하는 영양교육에 필요한 기초 자료를 제공하여 청소년들의 건강증진을 도모하고자 하는데 그 의의를 두고 있다.

본 연구는 중·고등학생들의 패스트푸드에 대한 기호도와 섭취현황을 조사하기 위하여 선행연구를 참조하여 작성된 설문지를 바탕으로 서울 및 경기 지역에 재학 중인 중학교 3학년부터 고등학교 2학년까지의 남녀 학생 총 1,000명을 대상으로 조사하였다. 경기지역 460부, 서울지역 540부 등 총 1,000부를 배포하여 이 중 962부가 최종 분석 자료로 사용되었다.

본 연구 결과 다음과 같다.

첫째, BMI백분위수의 비만판정 결과 남학생과 여학생 각각 12.0%, 24.6%가 저체중으로 나타났고 과체중 및 비만은 남학생과 여학생 각각 21.5%, 7.6%로 유의적으로 남학생의 비만률이 높았다. 한편, 남학생이 여학생에 비해 자신이 건강하다고 생각하는 것으로 조사되었고, 아침식사의

유무에 따라 건강인지상태가 다르게 조사되었다. 패스트푸드의 선호도 조사에서 남·녀 각각 60.2%, 52.9%가 매우 좋아하거나 좋아하다고 응답했다.

둘째, 설문지를 통해 패스트푸드 인지도 조사에서는 서울지역 학생들이 경기지역 학생보다 패스트푸드에 대해서 정확하게 인지하고 있는 것으로 나타났고 여자가 남자보다 패스트푸드에 대한 인지도가 높게 나타났다. 패스트푸드 인지도에 따른 패스트푸드 선호도는 남학생의 경우 인지도가 높을수록 선호도와 섭취도가 낮은 반면 여학생은 인지도가 높아도 선호도 및 섭취빈도가 높게 나타나 인지도가 섭취빈도에 영향을 미치지 못하는 것으로 나타났다.

셋째, 학생의 용돈이 많을수록 패스트푸드의 섭취빈도가 높았고 식사담당자가 누구인가에 따라 패스트푸드 이용 빈도가 현저하게 차이를 알 수 있었다.

BMI백분위수에 따른 패스트푸드 섭취빈도를 조사한 결과 저체중군의 경우 각 식품군마다 식품섭취가 높은 반면 정상군과 과체중군이 낮게 나타났다.

이러한 연구 결과를 바탕으로 다음과 같이 결론을 내릴 수 있다.

청소년들의 50% 정도가 패스트푸드를 선호하며, 저체중군의 패스트푸드 섭취율이 과체중이나 비만군보다 높았고 여학생들이 남학생들에 비해 패스트푸드에 대한 인지도는 높았지만 패스트푸드 구매에는 영향을 미치지 못하였다. 또한 식품의 선택, 조리방법 및 섭취빈도까지를 결정하는

식사담당자는 대부분 어머니로 조사되었다.

본 연구의 결과에 비추어 앞서 기술한 내용과 같이 청소년들에 대한 체계적이고 바람직한 영양교육이 학교와 가정에서 지속적이며 계획적으로 실시될 수 있도록 하는 방안이 강구되어야 하리라 사료된다.

목 차

I. 서론	1
1. 연구의 배경 및 목적	1
2. 연구의 방법 및 범위	4
II. 이론적 배경	5
1. 패스트푸드의 개념	5
1) 패스트푸드의 정의	5
2) 패스트푸드의 특징	6
2. 패스트푸드의 소비현황	9
1) 외식소비의 변화	9
2) 패스트푸드의 시장 현황.....	12
3. 청소년기 영양 및 식습관의 중요성.....	16
4. 선행연구 고찰.....	19
III. 연구방법.....	23
1. 연구대상	23
2. 연구내용	23
3. 자료의 처리	26
IV. 결과분석	27
1. 대상의 일반적 특성	27
2. 식생활 관련요인	29
3. 대상의 건강상태	36

1) 조사대상의 비만도 측정	36
2) 주관적 건강상태	38
3) 아침식사와 건강상태	39
4. 패스트푸드 선호도 및 선택요인	40
1) 패스트푸드 선호도	41
2) 비만 판정에 따른 패스트푸드 선호도	42
3) 패스트푸드 선택시 행동 요인	45
5. 패스트푸드에 대한 인식	46
1) 패스트푸드 인지의 정확성	46
2) 패스트푸드 인지도에 따른 패스트푸드 선호도	47
3) 패스트푸드 인지도와 섭취빈도	48
V. 요약 및 결론	50
참고 문헌	53
부 록	56
Abstract	62

표 목 차

〈표Ⅲ-1〉	설문지 구성내용	24
〈표Ⅲ-2〉	BMI 백분위수 판정 기준	25
〈표Ⅳ-1〉	서울·경기지역 중·고등학생들의 일반적인 특성	28
〈표Ⅳ-2〉	성별에 따른 식사섭취 실태	29
〈표Ⅳ-3〉	지역에 따른 식사섭취 실태	31
〈표Ⅳ-4〉	성별에 따른 식사시의 환경요인	32
〈표Ⅳ-5〉	지역에 따른 식사시의 환경요인	34
〈표Ⅳ-6〉	성별에 따라 섭취하는 패스트푸드의 횟수 및 종류.....	35
〈표Ⅳ-7〉	조사대상자의 BMI백분위수에 의한 비만판정 결과 ...	37
〈표Ⅳ-8〉	자신의 건강상태에 대한 주관적인지	38
〈표Ⅳ-9〉	아침식사의 여부에 따른 건강인지	39
〈표Ⅳ-10〉	성별에 따른 패스트푸드 선호도	40
〈표Ⅳ-11〉	지역에 따른 패스트푸드 선호도	41
〈표Ⅳ-12〉	BMI백분위수 비만판정에 따른 패스트푸드 선호도 ..	42
〈표Ⅳ-13〉	성별에 따른 패스트푸드 선택시 행동요인	43
〈표Ⅳ-14〉	지역에 따른 패스트푸드 선택시 행동요인	45
〈표Ⅳ-15〉	성별에 따른 패스트푸드 인지도와 선호도	48
〈표Ⅳ-16〉	패스트푸드 섭취빈도에 따른 인지도	49

[그림목차]

〈그림Ⅳ-1〉	성별 및 지역간 패스트푸드 인지도 비교	46
---------	-----------------------------	----

I. 서론

1. 연구의 배경 및 목적

식생활은 인간이 생활하는데 가장 기본적인 요소로서 가정생활에 있어서 아주 중요한 기능을 차지한다. 식생활은 그 나라의 문화, 관습, 사회, 경제적 수준 등의 여러 가지 요인들의 상호작용에 의해 형성되어지는 것이며, 급속한 경제 발전, 국민 생활의 향상, 과학 기술의 발전으로 현대에 있어 식생활은 급변하게 되었다.

산업화에 따른 경제 성장과 여성의 사회참여, 그리고 핵가족화로 인한 변화 또한 식생활에 큰 변화를 가져왔으며 이러한 사회 환경의 변화와 생활수준의 향상은 우리의 식생활에 외식산업의 이용을 크게 증가시켰다.

외식산업이란 식품 또는 원부자재를 중앙공급식에 의하여 공급받아 신속하고 저렴한 가격으로 음식을 제공하고, 셀프서비스 시스템의 도입으로 간소화를 기하고, 메뉴의 통일, 대규모의 체인점 확산 등을 특징으로 한 식품서비스 산업을 뜻한다. 현재 주요 외식산업의 형태로는 서구식 패스트푸드를 취급하는 테이크아웃푸드, 식사하면서 아울러 휴식을 취할 수 있는 카페, 가족 단위 외식이 중심이 되는 웨이팅 레스토랑이 있는데 최근 아주 빠른 속도로 성장, 보급되고 있는 것이 패스트푸드이다(모수미, 1986).

패스트푸드란 제한된 숫자의 메뉴를 가진 레스토랑에서 최소한의 준비과정을 거쳐 빠르게 제공되는 음식들을 말하며 보통 값싸고 영양적으로 불균형한 경우가 많으나 먹고, 배달 또는 포장해 가기에 간편한

음식들을 말한다. 서구에서부터 시작된 이 개념은 주로 햄버거, 피자, 샌드위치 등의 음식들을 간편하고 빠르게 제공하는 체인 레스토랑이 생겨나 확립되었고 이들이 다국적 기업 형태로 발달하며 전세계로 확산되었다(정상진, 2004).

국내의 패스트푸드(fast food) 산업은 1979년 ‘롯데리아’가 처음으로 패스트푸드 시장을 열고 외국계 업체로서는 처음으로 맥도날드가 국내에 진출한 이후 성장을 거듭하고 있다.

하지만 오랫동안 인기를 누렸던 패스트푸드가 최근 들어 비만 등의 각종 성인병의 주범으로 지목되고 웰빙, 건강을 강조하는 사회적인 분위기에 따라 매출이 하락하고 있으며 슬로푸드를 지향하는 전통음식 등의 시장이 꾸준히 성장하면서 입지는 더욱 좁아지고 있다(성유경, 2005).

패스트푸드 외식행동에 관한 실태 조사에 의하면 근래 우리나라는 핵가족화 현상으로 가족단위의 외식이 늘어나는 것을 볼 수 있다. 또한 가족단위의 외식이 증가하면서 고객 중 아동, 청소년이 차지하는 비중이 높아지고 있다 (송숙미, 2006).

패스트푸드는 영양학적 측면에서 많은 문제를 야기하는데, 우선 패스트푸드는 한정된 식단으로 제한된 영양만이 제공되기 쉬우므로 계속적인 패스트푸드의 섭취는 특정 영양소의 결핍을 초래하기 쉬우며, 특히 성장기 청소년들은 동물성 식품이나 기포성 음료가 많은 편의식을 선호하여 영양상의 불균형 또는 동물성 지방과 단백질이 편중되는 식이를 하기 쉽고, 이는 청소년 비만과 불량한 식습관을 형성시켜 만성 퇴행성 질환 발생의 원인이 되고 있다. 특히 성장률이 유아기 다음으로 높은 청소년기는 육체적으로는 물론 성격의 특성이 형성되는 시기이므로 영양적인 균형과 식품에 대한 판단은 건강, 식사행동 및 성격

발달에 영향을 준다(심경희, 1992).

이러한 이유로, 청소년기에 올바른 패스트푸드 섭취에 대한 교육이 절실히 필요하지만 지금까지의 패스트푸드를 중심으로 한 선행연구를 살펴보면 대부분이 식습관 조사 위주의 연구가 진행되었을 뿐 청소년들의 패스트푸드에 대한 식품군별 선호도, 섭취정도에 대한 연구는 미비한 실정이다.

따라서 본 연구는 서울 및 경기지역 일부 중·고등학교 남·여학생을 대상으로 평상시 자주 섭취하는 패스트푸드의 종류를 파악하고 패스트푸드에 대한 인식 및 선택요인 등을 분석함으로써 향후 청소년을 대상으로 하는 영양교육에 필요한 기초 자료를 제공하여 청소년들의 건강증진을 도모하고자 하는데 목적을 두고 있다.

2. 연구의 방법 및 범위

본 연구는 선행연구의 이론적 배경을 바탕으로 한 실증연구방법으로 진행하였다. 먼저 연구에 대한 이론적인 배경으로서 각종 선행 연구 논문 및 단행본, 보건복지 정책자료, 보도자료 등을 참조하여 패스트푸드의 개념과 소비현황, 패스트푸드의 문제점을 고찰하고 연구대상인 청소년들의 영양섭취에 대한 중요성과 식생활의 특성을 파악하였다. 아울러 청소년의 식생활 및 패스트푸드 섭취와 관련된 연구동향을 정리함으로써 본 연구의 방향을 제시하였다.

이러한 내용을 바탕으로 청소년들의 패스트푸드에 대한 기호도와 섭취현황을 조사하기 위하여 선행연구를 참조, 본 연구에 맞도록 수정 보완된 설문지를 바탕으로 서울 및 경기도 지역에 재학 중인 중·고등학생을 대상으로 설문하였다. 또한 대상자의 건강상태와 패스트푸드 섭취와의 관계를 파악하기 위하여 BMI 백분위수(체질량지수, Body Mass Index)를 별도 측정하였으며 비만 판정시 대한소아과학회의 1998년 한국소아 및 청소년 신체발육 표준치를 제시한 자료를 기준하였다.

조사된 자료는 SPSS Win 12.0 프로그램을 이용하여 통계 처리한 내용을 바탕으로 결과를 논의하였다.

II. 이론적 배경

1. 패스트푸드의 개념

1) 패스트푸드의 정의

외식이란 가정을 중심으로 밖에서 행하는 식사행위를 말하며 외식 산업이라 함은 가정 이외의 공간에서 음식을 제공하고 그 대가를 받는 영업활동을 의미한다(김기영, 2003).

외식업이란 가정 외에서 제공되는 모든 식사와 음료를 제공하는 업종으로 테이크 아웃과 가정배달, 단체 급식업을 포함한다고 미국 레스토랑협회(National Restaurant Association)는 정의하고 있다(양위주, 박희정, 2000).

현대인들은 음식을 조리하는 시간을 아끼려고, 편리성 때문에, 고급서비스를 받기 위해, 가족끼리의 외식을 위해, 집에서 먹을 수 없는 음식을 먹기 위해, 손님을 접대하기 위해 외식을 하는 등 동기가 매우 다양하다(이창현, 2004).

오늘날 소득의 증대로 편리하고 질적인 식생활 활동을 추구함에 따라 외식의 기회가 증가하고 있고, 여성의 사회참여 증가, 여가선용의 욕구 증대, 독신층 및 노령인구의 증가 등으로 외식빈도가 높아짐에 따라 다양한 형태의 외식행위가 나타나고 있다. 외식산업은 인간의 기본욕구 충족을 위한 서비스산업으로 경제성장과 함께 국민경제에서의 비중이 커져가고 있는 성장 산업이며 이 가운데 패스트푸드는 외식시장을 주도하고 발전시켜온 원동력이라 할 수 있다(진양호,

2000).

패스트푸드라는 말을 처음 사용하게 된 계기는 1979년 일본 롯데 그룹의 자회사인 일본롯데리아와 합작 국내에 최초의 패스트푸드점인 롯데리아가 개장하면서 사용되기 시작하였다. 이후 1987년 국내 외식업계의 관심 속에서 세계 최대의 햄버거체인 레스토랑인 맥도날드가 상륙하게 되었다. 이후 패스트푸드라는 단어는 일상적으로 사용되었다.

식사에서도 맛과 편의를 찾는 젊은 층들에게 세련된 감각과 청결한 분위기를 갖추고 음식과 더불어 시간과 서비스를 함께 판매하는 서구식 패스트푸드는 큰 매력을 가질 수밖에 없었다. 또한 이렇게 패스트푸드가 성장한 배경에는 패스트푸드의 기본적인 요소라 할 수 있는 상품의 공업화, 점포의 prototype화, 업무의 매뉴얼화를 적극 추진한 데 있다고 할 수 있다(박철,전재균, 2001).

패스트푸드점은 신속한 서비스와 깨끗하고 위생적이며 영양가 높은 음식을 소비자에게 제공할 수 있는 곳으로 주로 햄버거, 후라이드 치킨, 피자, 샌드위치, 아이스크림 등을 판매하는 외식산업의 일종이다.

본 연구에서는 선행연구를 기반으로 패스트푸드를 “빠른 조리시간으로 쉽게 구매할 수 있는 햄버거, 치킨, 음료수 등의 외식메뉴”라고 정의한다.

2) 패스트푸드의 특징

패스트푸드의 형태는 상업적 외식업에서 가장 거대한 단일형태이며, 20세기 후반부터 급성장 해온 외식유형으로서 가장 인기 있는 메뉴로는 햄버거와 치킨이 주류를 이룬다.

패스트푸드의 빠른 서비스의 개념은 좌석회전율을 높일 수 있도록 설계가 이루어 졌으며, 좌석은 안락함보다는 편리한 배치를 추구하며 청결이 시설의 분위기나 장식보다 우선하며, 고객은 항상 빠른 서비스를 기대한다. 인기도와 판매는 고객의 경제성에 기인하므로 할인 쿠폰 등의 다양한 판매촉진방법들이 활용되고 있다(이창현, 2004).

패스트푸드의 특징을 신재영,박기용,(1999)은 경제성, 미각성, 간편성을 가장 큰 특징으로 들었으며 함정식(2000)은 동일한 맛과 균일한 서비스를 특징으로 제시하였다.

선행연구들을 기초로 패스트푸드의 특징을 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 동일한 종업원의 복장과 청결성을 강조하며 위생적인 관리를 위해 노력한다.

둘째, 체인점이나 프랜차이즈 형태로 운영되며 표준화된 매뉴얼을 통한 품질관리를 한다.

셋째, 심플한 실내장식과 인테리어, 상품의 높은 질, 매체를 통한 홍보 및 광고, 편리한 포장용기 등 상품판매를 위한 시스템을 갖추고 있다.

넷째, 상품의 가격이 적절하게 설정되어 있으며, 또한 눈에 띄게 명시되어 있다.

다섯째, 식재료가 조리 전 간편하게 준비되어 있다.

여섯째, 조리방법의 단순화 및 자동화로 비숙련자도 짧은 훈련으로 조리가 가능하다.

일곱째, 고객에게 균일화된 친절한 서비스를 제공한다.

여덟째, 빠른 서비스를 위해 모든 종사원이 노력한다.

아홉째, 좌석회전율이 높다.

패스트푸드 복잡한 조리과정을 거치지 않고 편리하게 먹을 수 있고, 맛의 개선과 영양분의 조화 등을 인위적으로 조절할 수 있는 장점을 가지고 있다. 또한, 계절에 관계없이 연중 구입이 가능하고 보존기간의 연장과 가공에 의해 맛과 향기가 더욱 향상된 기호성이 높은 식품의 생산이 가능해짐으로써 식품선택의 폭을 한층 넓게 하기도 한다. 이처럼 편리한 패스트푸드이지만 편리화, 기호 위주의 선택에 따른 영양적인 불균형, 전통적인 식생활 양식과의 혼란과 식미와 보존을 위한 화학첨가제 사용의 유해성, 품질관리와 유통과정에서의 문제점들이 또한 제기되고 있다.

패스트푸드는 유통과정을 통하여 소비되므로 일정한 보존성을 가져야 한다. 이러한 보존성을 유지하기 위해서는 여러 가지 가공처리를 하여야 하므로 영양소의 함량이 변화될 수 있고 또한 살균과정을 거치는 경우 과도하게 열처리하여 성분이 파괴되고, 품질이 나빠지더라도 살균부족으로 인한 식중독사고를 방지하기 위해 가열시간을 초과하고 있음이 문제시되고 있다 (최춘언,1995).

2. 패스트푸드의 소비 현황

1) 외식소비의 변화

(1) 외식비 지출

소득 증가와 여성의 사회 활동 확대 등으로 식생활이 간편화, 다양화, 고급화됨에 따라 외식소비는 1982년부터 연평균 18.5%의 빠른 증가 추세를 보였다. 이에 따라 외식비가 가계비의 식료품비에서 차지하는 비중은 1982년에 6.0%에 불과하였으나, 1990년 20.3%, 2006년 45.9%로 크게 증가하였다. 2006년 기준 가구당 외식비 지출액은 월 평균 24만 4천원에 달한다(통계청, 2006).

외식비 지출은 소득계층별로 격차가 큰 것으로 나타났다. 평균소득 9 계층(4~7분위)의 근로자가구를 100으로 할 때 외식 지출지수는 고소득계층(8~10분위)이 45.8, 저소득계층(1~3분위)이 51.4 수준이었다. 소득계층별 가정식 소비지출액과 비교하면, 고소득계층에서는 외식비와 가정식 소비지출액 간에 큰 차이를 보이고 있지 않으나 저소득계층의 가정식 소비지출액이 78.8인 데 비해 외식비 지출은 51.4로 격차가 많이 났다(통계청, 2006).

외식비 지출은 연령계층별 및 교육수준별로 지출수준에 차이가 있는 것으로 분석되었다. 근로자가구의 가구주 연령계층별로 외식비 비중이 가장 높은 연령계층은 20대로 식료품 지출의 54.6%에 달하는 것으로 나타났다. 반면, 가구주가 60대 이상인 연령층이 31.8%로 가장 낮은 수준이었다.

가구주의 학력별로 비교하면 학력이 높을수록 외식비 비중이 증가하는 특징을 보인다. 가구주의 교육정도별로 외식비 지출수준을 비교하면 가구주가 전문대졸 이상인 가구의 외식비 비중은 48.1%로 가구주가 고졸(46.6%)이거나 고졸 미만(39.0%)가구에 비해 높은 것으로 나타났다.

(2) 외식종류 및 빈도

가구의 외식지출 추이를 식사종류별로 세분화하여 살펴보면 1990년대까지 외식비의 식사대에서 한국 음식이 차지하는 비중은 1990년 56.7%, 1995년 53.9%로 절반 이상이였으나, 2000년대 들어와 40%로 크게 감소하였다. 따라서 2006년 기준 시 가장 비중이 높은 외식종류는 기타식사외식으로 48.2%에 달하며, 다음으로 한국 음식 40.7%, 학교급식 7.6%, 중국음식 2.3%, 서양음식 1.2%의 순서로 나타났다. 이러한 경향은 식품 소비 행태의 변화에 따라 외식시장이 다양해지고 세분화되고 있으며, 새로운 상품이 빠르게 등장하는 추세를 반영한 결과로 보인다(통계청, 2006).

보건복지부 “국민건강·영양조사”의 가구원 대상 외식 빈도 조사에 따르면 하루 평균 1회가 26.3%, 일주일에 1회 이상이 22.9%, 월 1회 이상이 23.0%로 조사되었다. 외식 빈도는 지역별로 도시지역이 읍면 지역에 비해 높으며, 20대 연령계층에서 가장 높은 것으로 나타났다. 대도시지역의 경우 하루 1회 외식 비율이 29.7%인데 반해 읍면 지역은 19.1%에 불과하며, 외식을 거의 안한다고 응답한 비율이 도시 지역 19% 수준이나 읍면 지역은 38%로 두 배 수준에 달하였다. 연령계층별로는 하루 1회 외식비중이 가장 높은 계층은 7~19세이나 대

부분 급식형태인 것으로 예상된다. 20대 연령층은 하루 2번 이상 외식한다고 응답한 비중이 10.2%로 다른 연령계층에 비해 크게 높았으며, 하루 1회 외식비중도 33.2%로 10대와 비슷한 수준이다. 반면 50~64세 계층에서는 외식을 거의 안한다고 응답한 비중이 61.3%에 달하였다 (국민건강·영양조사, 2005).

(3) 외식소비 행태의 변화

외식소비가 확대될 뿐만 아니라 외식소비행태도 빠르게 변화하고 있다. 최근 외식소비 행태의 특징은 다양성, 간편성, 건강지향성으로 요약될 수 있다.

소비자들이 외식업체의 선택 기준으로 맛(77.0%), 서비스(37.4%), 분위기(32.7%)를 중요시하게 됨에 따라 전문점에 대한 선호도가 높아지고, 음식 종류별·식단가 수준별로 다양한 외식업체가 등장하게 되었다.

즉, 소비자의 욕구에 따라 저단가 제공 음식점부터 고급 인테리어와 식재료를 제공하는 고단가 전락 점포까지 양극화 추세가 나타나며, 요리 종류별 전문점부터 국가별 요리점까지 전문화 추세가 뚜렷하다(한국외식정보(주), 2004).

소비자의 건강과 안전 지향성 증대에 따라 가정식에 비해서는 적지만 외식부문에서도 건강식에 대한 관심이 크게 확대되고 있다. 녹차, 대나무, 숯 등이 요리와 결합하고, 외식산업 식재료에 대한 소비자 관심이 확대됨에 따라 외식에서 국내산 식재료와 유기농 농산물 이용이 빠르게 증대하고 있다. 소비자들이 향후 유망한 음식점으로 건강음식점(50.8%)을 가장 높게 평가한 것은 이러한 경향을 반영한다.

식생활에서 간편성과 편리성 추구경향은 외식부문 확대를 가져올 뿐만 아니라 외부에서 조리된 식품을 구입하여 가정 내에서 소비하는 유형을 확대시킨다. 조리식품의 구매빈도에 대한 조사 결과에 의하면 한 달에 1회 이상 구매하는 가구가 48%이며 이 중 일주일에 1회 이상 빈번하게 구매하는 가구가 9%에 달하고 있으며, 특히 젊은 세대와 맞벌이가구의 구매빈도가 높았다(한국외식정보(주), 2004).

2) 패스트푸드의 시장현황

1980년대 중반부터 한국의 음식문화에 엄청난 변화가 생겼다. 햄버거와 피자, 후라이드 치킨을 필두로 맥도널드 햄버거, 롯데리아, 웬디스, 버거킹, 피자헛, 피자인 등 세계적인 패스트푸드 업체들이 한국인들의 입맛을 공략했다. 어린이들이 먹고 싶은 외식 메뉴로 자장면을 꼽던 것이 햄버거나 피자로 바뀐 것도 이때부터이다.

또, 1980년대 후반부터는 패밀리레스토랑이란 이름으로 외국 외식업체들이 대거 상륙했다. 코코스, TGI 프라이데이, 베니건스, 시즐러를 비롯한 외식 업체들은 젊은 층을 중심으로 국내시장을 파고들어 한국인의 외식문화를 급격히 변화시켰다. 넓은 주차장과 깔끔한 내부장식을 갖추고 서구식 서비스를 제공하는 패밀리레스토랑은 국내 식당들의 서비스 수준을 한 단계 높이는 기여도 했다.

패스트푸드시장을 구분해 보면 햄버거 체인업체, 피자시장, 치킨시장, 아이스크림 시장, 편의점의 식품코너, 즉석 도시락업체, 전통음식 패스트푸드 업체 등으로 크게 나누어 볼 수 있다. 1980년대 후반 국내에 도입되어 산업화와 핵가족화에 편승해 20여 년간 황금시장으로 주목받았던 패스트푸드 업체는 1990년대 후반을 기점으로 성장둔

화를 거듭하면서 급기야 2002년부터 침체가 가속화되고 있다. 2003년 상반기 패스트푸드 업계는 웰빙 열풍에 부응하기 위해 각종 건강메뉴의 출시와 환경문제에 동참하고자 일회용품 재활용 등의 다양한 사회 환원활동을 전개하여 정크푸드의 이미지를 탈피하고자 했으나 현재까지 회복될 가능성이 희박한 실정이다.

광우병 파동을 비롯한 지속된 경제침체, 안티 패스트푸드를 천명한 시민단체와의 정크푸드 공방 등으로 국내 패스트푸드 업계는 최대의 위기를 맞이하고 있다. 소비자들의 웰빙푸드에 대한 관심이 고조된 가운데 이러한 트렌드에 부합하고자 여러 가지 노력을 진행해왔으나 햄버거와 감자튀김에서 파생된 부정적 인식을 불식시키기에는 역부족이었다. 롯데리아에서는 웰빙 후레쉬를 맥도날드에서는 후레쉬 플러스라는 이름으로 다양한 웰빙 메뉴를 등장시켰다(월간식당, 2005).

이러한 노력에도 불구하고 세계적인 패스트푸드업체인 한국맥도날드는 2006년 한 해 1000억 원이 넘는 적자를 내는 등 최근 3년간 2000억원에 육박하는 적자경영을 한 것으로 알려지고 있다(문화일보, 2005).

패스트푸드점들의 시장 동향은 어떤지 사례 연구 형식으로 프랜차이즈망으로 성장하고 있는 대표적인 브랜드인 맥도날드와 롯데리아를 살펴보겠다.

(1) 맥도날드

맥도날드는 지난 1988년 압구정 매장을 개점으로 한국에서의 영업이 시작되었다. 12년 후인 2000년의 매출액은 2,600억 원으로 짧은 기간에 급성장을 해왔다. 이는 맥도날드만의 독특한 기업정신인 QSC

& V가 만들어낸 결과라 할 수 있다.

한국맥도날드에서는 새로운 맛을 개발하기 위해 많은 노력을 해온 결과 1997년 8월 한국인의 입맛에 맞춘 불고기버거를 출시하였다. 맥도날드는 2001년 321개의 매장에서 2,800여억원의 매출을 올리며 매장 확장과 더불어 시장점유율을 계속 높여가고 있다. 고객들의 라이프 스타일의 변화에 부응하기 위해 맥도날드의 매장들은 MSN존을 설치하여 고객들이 무료로 무선인터넷을 사용할 수 있도록 하였으며, 차량이용이 증가하는 현대인들의 생활패턴을 고려해 인천 연수점, 부산 만덕점 등은 LG 칼텍스 주유소와 드라이브 스루 시스템을 결합한 매장을 선보이기도 하였다.

2004년에는 안티패스트푸드 운동의 영향으로 국내 진출 후 가장 힘든 한해를 보냈었다. 상반기에는 자사 제품의 영양 정보를 담은 킬리티 웹사이트를 오픈하고 볶음밥과 떡볶이 등 일반음식과 빅맥, 후렌치후라이 등의 칼로리 비교표를 매장에 비치하며 신선한 재료와 저칼로리를 강조한 샐러드, 요거트 등 총 5종의 후레쉬 플러스를 아시아 최초로 출시하였다.

집요한 안티 운동에 맞서기 위해 원재료 보관에서 조리절차, 위생 등 주방내의 모든 것을 소비자에게 공개하는 “오픈데이”를 진행하기도 하였다(월간식당, 2005).

경기 침체 속에서 부담 없는 가격으로 맥도날드를 즐길 수 있도록 2004년 11월부터 3개 주요품목에 대한 가격할인과 5개 세트메뉴에 대한 가격할인을 현재까지 지속하고 있다. 최근 매출 부진을 극복하고자 런치메뉴 3,000원 행사를 실시하여 11시부터 2시까지 모든 세트메뉴를 3,000원에 할인판매와 더불어 새로운 맛을 개발하여 소기의 성과를 올리고 있다.

(2) 롯데리아

1979년 10월 25일 국내 최초의 패스트푸드점인 롯데리아 소공점의 등장은 새로운 식생활 문화를 창조하는 계기가 되었다. 당시 패스트푸드라는 생소한 이름으로 다가와 국내에 패스트푸드를 토착화시키고 국민 식생활 문화를 선도하는 성장의 기틀을 마련하였다. 롯데리아는 2001년 8월 김치버거를 출시하여 “우리 입맛에 맞는 햄버거를 만드는 롯데리아, 정크푸드의 인식을 제고시키고 햄버거를 간식이 아닌 끼의 식사로서 먹을 수 있는 식생활 패턴을 유도하며, 한국인의 입맛에 맞는 제품개발을 지속해 외국브랜드와의 차별화를 추구하고 있다 (김성옥,김옥재,박동철,2004).

롯데리아는 이제 국내 1위의 패스트푸드점으로 만족하지 않고 세계적인 브랜드로 성장하기 위해 건강한 식생활문화 구현을 위한 끊임 없는 연구개발, 쾌적한 매장과 친절하고 신속한 서비스, 업계 최초 품질(ISO 9001), 환경(ISO 14001), 식품안전에 관한 국제통합인증 획득을 통해 환경보호와 품질경영 및 위생관리를 위한 시스템을 구축하였다.

업계 1위인 롯데리아는 2005년부터 전년보다 60여 개 줄어든 839개의 매장에서 4천 500여억 원의 매출을 올리는데 그쳤다. 롯데리아의 점포개발의 초점은 안정적인 쇼핑마트나 멀티플렉스 내로 입점하는 쪽으로 변화되었다. 2005년 롯데리아는 5월부터 시행되는 그룹사 차원의 통합회원제 서비스를 통해 백화점, 마트 등의 유통계열사와 롯데리아, TGI프라이데이스, 크리스피크림 도넛, 롯데월드 등 서비스계열사의 모든 회원을 통합하는 시스템을 통해 영업에 탄력을 꾀하고 있다(월간식당, 2005)

3. 청소년기 영양 및 식습관의 중요성

21세기는 정보화 사회로서 2000년 이후부터 우리는 신문, 잡지, TV뿐 아니라 인터넷 등의 영향으로 정보의 홍수 속에 살고 있다. 특히 인간이 가장 필요로 하는 의,식,주 중 식생활이 차지하는 비율이 가장 높아지게 되었으며, 문화적, 사회적 소산으로 식생활이 건강상태와 생활의 질을 결정하는 중요한 요인이 되기도 한다.

식생활에는 식품, 가격, 상품의 용이성, 가족 등의 환경적 요인과 성, 나이, 식습관, 영양지식, 식품 기호도 등의 개인적 요인이 상호 유기적으로 영향을 미친다고 한다. 이렇게 식생활은 환경적, 경제적, 문화적, 자연적, 유전적 등 여러 요인에 의하여 형성되므로 어린 시절에 형성된 식습관은 지속적이며 변화에 대하여 저항이 강하므로 변화시키기가 매우 힘들다 (모수미, 최혜미, 구재옥,1988).

이렇게 형성된 식습관은 건강상태에 많은 영향을 미칠 수 있을 것이다. 청소년기는 2차적 성장과 사춘기 변화가 나타나는 것을 계기로 시작되는데, 소아기에서 성인기로 성장, 발달하는 중간 단계이다. 아동기에서 성인으로 전환되는 시기로 신체의 모든 부분의 성적 성숙에 있어서 매우 중요한 시기이다. 신체적인 변화는 신장과 체중이 급격히 증가하고, 2차 성장의 발달과 더불어 성적 성숙이 이루어지며 정신적으로는 자아정체감이 형성되는 시기이기도 하다 (임광복, 2001).

이러한 신체적 변화와 함께 사고의 성숙과 심리적인 미묘한 변화를 맞게 되는 등 생의 주기로 볼 때 육체적, 정신적인 측면에서 비교적 불안정한 시기이다. 이 시기에는 자아의식이 보다 발달하게 되어 타인의 의지보다 자신의 판단에 의해 행동하려는 경향이 보이게 되고,

자신의 사고와 행위에 대한 주변의 관심의 차이로 인하여 정신적 갈등을 겪게 된다고 하였다(곽준식,1997).

따라서 이 시기는 연령적으로 성장발육과 지적 발달에 영향을 주는 중요한 시기이기 때문에 균형 잡힌 영양 섭취를 위해서 합리적인 식생활과 식습관을 갖는 것이 매우 중요하며, 이러한 식생활을 통하여 발육을 돕고 마음의 안정을 꾀하는데 도움을 주는 것은 청소년들에게 아주 중요한 일인 것이다(이경혜,강현진,허은실, 2002).

그러나 김선희(2000)의 연구에 따르면 우리나라 청소년의 경우 칼슘, 철분, 비타민 A, 리보플라빈의 평균 섭취량이 권장량의 60%에도 못 미칠 정도로 영양상태가 불량한 것으로 조사되었다. 생활환경에 따라 그 정도가 심한데 16-19세 청소년들의 영양섭취실태를 보면, 농촌 여고생의 경우 열량, 칼슘, 철분, 나이아신의 섭취량이 권장섭취 기준에 못 미치고 있고, 도시의 여고생들은 비타민 A, 나이아신을 제외한 모든 영양소가 권장량에 미달되었으며, 특히 열량, 단백질, 철분의 섭취는 매우 부족하였다(이건순,유영상,1997).

또한 시간적으로 제약을 많이 받는 고등학생의 경우 결식, 폭식, 과식, 간식 섭취 등 불건전한 식습관이 건강에 위험요소로 작용하고 있다. 이를 통하여 우리나라 청소년들의 영양 섭취에 문제가 있음을 알 수 있었다.

이 시기에는 뼈의 질량 증가를 위해 칼슘을 섭취해야 하고 성장에 따라 적혈구가 증가하므로 충분한 철분을 섭취해야 한다. 영양장애는 급속한 성장 발육과 많은 활동량으로 대사량이 크게 증가하기 때문에 나타나는데, 편식을 하거나 결식을 자주 하는 청소년에게 오기 쉽다. 청소년기에는 각종 영양소가 성인보다 더 많이 필요하며, 특히 여학생의 경우 월경이 있는 시기로 빈혈이 오기 쉬우므로 충분한 철분 섭취

가 중요하다(유선정, 2007).

또한 청소년기는 확고한 가치관 형성에 아주 중요한 시기으로써 이때에 형성된 식품에 대한 태도는 성인이 되어서도 큰 영향을 미치게 때문에 육체적 성장이 완성되는 20세까지의 성장기간 동안 청소년 연령에 따라 최적의 영양환경을 마련해 주어 신체적, 정서적으로 바르게 성장할 수 있도록 하는 것이 매우 중요하다.

청소년기에는 최적의 영양상태를 유지하도록 해줌으로 최대의 신체적 성장을 도모하도록 해야 할 뿐 아니라, 올바른 인성이 형성될 수 있는 환경을 마련해 주어야 하므로, 청소년기의 영양섭취는 생애주기 중 어느 시기보다도 중요한 의미를 갖는다고 볼 수 있다 (박선성, 2007).

성인의 건강은 청소년기의 식습관과 생활습관에 많이 좌우됨으로 이 시기에 건강에 대한 인식과 함께 충분한 영양섭취도 필요하다 할 것이다.

식습관이라 함은 일반적으로 인간이 후천적으로 형성해 온 생활양식으로 어느 단체의 구성원에 의해 공유되고 있는 식생활의 내용이라 할 수 있다. 장시간에 걸친 음식 선택의 집합, 그 사람의 생활형태의 총화로서 기타의 행동양식과도 관련되어 있는 것이 식습관이다(장순영, 황춘선, 1987).

식습관 형성의 주요 요인으로는 식품과 음식의 공급 가능성, 개인의 경제상태, 문화와 인습, 풍속, 가족의 식사내용과 기호, 음식에 대한 감각적인 반응, 교육의 영향 등이 있다. 또한 식습관은 오랜 시일동안 구성된 것이어서 쉽게 변하기 어려우므로 어렸을 때 잘못된 식습관은 심신양면에 저해를 일으켜 개인적으로나 국가적으로 중대한 손실을 일으킬 수 있다는 점도 지적되었다.

올바른 식습관은 하루 아침에 이루어 질 수 있는 것이 아니다. 올

바르지 못한 식습관 또한 즉시 나타나는 것이 아니라 오랜 시간이 흐른 뒤에 나타나게 되는 것이므로 성장이 왕성한 청소년기에 올바른 식습관을 형성할 수 있도록 가정과 학교에서 지속적인 교육이 필요할 것이다.

4. 선행연구 고찰

청소년 시기는 가정에서의 식사보다는 밖에서 친구들과 어울려 패스트푸드와 각종 간식에 적응되고 몹시 좋아하면서 찾는 시기이다. 국내 패스트푸드의 세트메뉴 18종을 분석한 결과, 햄버거 세트의 평균 열량은 888kcal로 이는 10~12세 여자 어린이를 기준으로 하는 경우 하루 권장 열량의 44%이고 지방함량은 하루 섭취 기준량의 64%라고 하였으며, 조사대상 어린이의 35.3%가 햄버거, 음료, 후렌치 후라이로 구성된 세트메뉴를 섭취하고 있는 것으로 나타나 패스트푸드 선택에 대한 교육이 필요하다고 하였다.

도시 청소년들의 패스트푸드 이용실태 및 의식구조를 조사한 결과, 면류, 만두류를 가장 많이 이용하고 있었고, 맛이 너무 짜고 단 것으로 조사되었다. 또한 외국식품의 선호도가 31.3%로 나타나 외국음식이 우리 식생활에 깊이 뿌리내리고 있음을 보여주고 있었다.

서울시내 고등학생의 식행동에서 1주일에 1회 이상 패스트푸드를 이용하는 학생은 32.5%이고 조사대상 학생의 68.3%가 패스트푸드가 한 끼 식사로 적당하다고 인식하였으나 이들의 43.2%는 영양에 대한 지식이 적은 것으로 나타났다.

송숙미(2006)의 연구에서도 패스트푸드가 한 끼 식사로의 가능성

에 대해 조사대상자들의 53.6%는 식사로 가능하다고 하였고, 22.8%는 한 끼 식사로 불가능하다고 하였다. 이때 패스트푸드 음식이 한 끼 식사 대응으로 불가능하다면 간식으로 보아야 할 것이며 이러한 경우 각 음식을 1회 serving size로 섭취 시 당연히 과잉섭취로 인한 여러 가지 건강상의 문제들이 발생할 수밖에 없다고 하였다.

청소년들은 기호성 위주로 패스트푸드를 선택하여 섭취하는 경우가 많기 때문에 영양소 섭취의 불균형을 일으키기 쉬우며, 함유된 영양가에 비해 열량의 비율이 높고 전반적으로 포화지방산과 나트륨 함량이 높으며 과일, 채소 등의 섭취부족으로 인해 비타민 부족이 초래될 위험이 크다.

Christine(2001) 등이 미국 아동과 청소년을 대상으로 식생활을 조사한 결과, 가정과 학교에서보다 레스토랑과 패스트푸드점에서 식사할 때 포화지방과 지방으로부터 에너지를 더 많이 섭취한다고 하였다. 중·고등학생들은 패스트푸드 선택 시 영양가보다는 맛, 가격, 편리함을 중요시 여기고 있어 영양균형에 대해 고려하지 않으므로 학교나 가정에서의 영양교육이 적극적으로 이루어져야 함을 시사하였고, 김은경 등의 연구에서도 남·녀 중학생의 63%는 패스트푸드에 지방함량이 많다는 것을 알고 있었으나 30.2%는 적당하다고 답한 것으로 보고하면서 패스트푸드에 대한 영양교육의 필요성을 강조하였다.

또한 박선주(2000)은 청소년들의 57.7%는 패스트푸드로 인해 식습관이 서구화되었고 27.7%는 외식을 좋아하게 된 것으로 보고되어 패스트푸드가 청소년들에게 있어서 음식의 서구화에 많은 영향을 주고 있음을 알 수 있었다. 이들의 76.8%는 패스트푸드에 지방 함량이 많다고 응답하였으나 패스트푸드 선택 시 중학생의 47.4%, 고등학생의 64.3%는 영양에 대해 거의 고려하지 않고 있어 영양에 대한 인

식이 거의 없는 상태에서 패스트푸드를 선택하고 있다고 하였다.

Lee(2001)는 패스트푸드 선호도에 따른 식생활행동에 관한 연구에서, 패스트푸드를 선호할수록 식사가 불규칙적이고 편식이 심하였으며 패스트푸드를 선호하는 학생은 비선호 학생보다 패스트푸드가 영양적이고 건강에 좋으며 위생적이라는 긍정적인 견해가 높았고 또한 패스트푸드에 대한 지식이 낮을수록 건강에 미치는 영향에 대해 긍정적인 견해를 갖고 있어 영양교육의 필요성 및 중요성을 강조하였다.

대학생을 대상으로 패스트푸드 섭취 실태를 조사한 결과, 한달에 1회 미만으로 ‘거의 이용하지 않는다’가 27.9%, 주 2회 미만으로 ‘보통 이용한다’가 42%, 주 2회 이상으로 ‘자주 이용한다’가 30.1%였으며, 거의 이용하지 않는 학생이 19%, 한달에 1~2회 이용자는 65%, 주 2회 이상 이용자는 16%로 중.고생에 비해 대학생의 패스트푸드 섭취 빈도가 높았다. 이는 대학생이 되면서 식품섭취면에서 부모의 통제에서 벗어나 스스로 선택하고 책임지는 환경에 놓여졌으나, 어릴 때부터 올바른 식습관에 대한 교육을 체계적으로 받지 못하여 무분별하게 기호위주의 식품을 선택한 결과라 할 수 있다. 그러므로 가정에서도 가정 밖의 음식에 대한 분별력있는 선택법을 어릴 때부터 교육시켜야 할 것이다.

식생활은 인간의 행동을 결정짓는 중요한 요인일 뿐 아니라 기분과 정서에 영향을 미치기도 하는데, 인스턴트의 단 음식, 지방이 많은 간식, 담배가 부정적인 기분을 느끼게 한다.

청소년의 패스트푸드 식습관과 인성에 관한 조사 결과, 패스트푸드 이용집단은 안정성이 낮고 충동성과 사회성이 높았으며, 패스트푸드를 이용하지 않는 집단은 안정성이 가장 높았고 사회성, 충동성의 순으로 낮았다고 보고하였다. 또한 충동성이 높은 경우, 흥분하는 성향이 높

아 자제력이 낮으므로 식습관도 감정변화에 치우치는 경향이 있다고 하였다.

이와 같이 청소년들의 패스트푸드에 대한 잘못된 인식 및 무분별한 섭취는 잘못된 식행동을 형성할 가능성이 크며, 이로 인해 신체적 건강 뿐만 아니라 안정성, 충동성, 사회성에도 영향을 주어 자신의 감정을 적절히 조절하지 못하고 부정적인 인성을 지닐 수 있다. 이런 성향을 초기에 바로 잡아 주지 않으면 교정이 어려워지고 이로 인한 건강 문제나 사회 문제를 치료하는 비용은 늘어나게 된다. 따라서 청소년의 눈높이에 맞는 영양지식과 영양교육을 통해 바른 식행동을 형성할 수 있도록 도와 평생의 건강을 도모해야한다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 중·고등학생들의 패스트푸드에 대한 기호도와 섭취현황을 조사하기 위하여 설문지를 바탕으로 서울 및 경기 지역에 재학 중인 중학교 3학년부터 고등학교 2학년까지의 남녀 학생 총 1,000명을 대상으로 조사하였다.

본 조사에 앞서 2008년 7월 14일부터 20일까지 서울특별시 A여고와 경기도 김포시 B중학교에서 예비조사를 실시하였으며, 이를 토대로 발견된 문제점을 수정 보완하여 최종 설문지를 완성하였다.

본 조사는 2008년 9월 3일부터 11일까지 실시하였으며 경기지역 460부, 서울지역 540부 등 총 1,000부를 배포하여 988부(98.8%)가 회수되었고, 이 중 불충분하게 기재된 26부를 제외한 962부(96.2%)가 최종 분석 자료로 사용되었다.

2. 연구내용

본 연구에서 사용한 설문지 구성은 표 1에 제시된 것처럼 조사대상의 구성과 일반적 사항, 식생활 관련요인 및 건강상태, 패스트푸드에 대한 선호 및 섭취현황, 패스트푸드 인지도, 식품군별 패스트푸드 섭취빈도 등으로 구성하였다.

〈표Ⅲ-1〉 설문지 구성내용

순 위	설문지 구성	내용	응답형태	문항수
1	조사대상자의 일반적 사항	성별, 학년, 용돈, 부모님 직업 및 최종학력 월평균 소득, 체중, 키 등	기술형 응답형	12문항
2	식생활 관련요인 및 건강상태	식사섭취실태 식사환경요인 주관적 건강상태	기술형 응답형	10문항
3	패스트푸드에 대한 선호 및 섭취현황	선호도 및 선택이유	응답형	6문항
4	패스트푸드 인지도	패스트푸드에 대한 인식	응답형	9문항
5	종류별 패스트푸드 섭취빈도	패스트푸드의 일주일 섭취량 조사	응답형	14문항
계				51문항

조사대상자의 비만도는 조사된 신장과 체중으로부터 BMI 백분위수(체질량 지수, Body Mass Index)를 구하였다. 현재 국내에서는 소아의 비만을 판정 시 대한소아과학회에서 BMI가 85~94분위수이면 추적관찰 대상인 비만위험군으로 판정하고, 95분위수 이상이면 비만으로 분류하는 방법을 많이 쓰고 있다. 따라서 본 연구는 대한소아과학회의 1998년 한국소아 및 청소년 신체발육 표준치를 제시한 자료를 기준으로 비만을 판정하였다.

〈표Ⅲ-2〉 BMI 백분위수 판정 기준

* Body Mass Index(BMI)= Body Weight(kg)/(Height(m)) ²	
저체중	14 th ↓
정상체중	15-84 th
과체중	85-94 th
비만	95 th ↑

패스트푸드 인지도에 대한 문항은 ‘그렇다’, ‘아니다’, ‘잘 모르겠다’로 이루어졌으며, 정답의 경우 1점, 오답의 경우와 ‘잘 모르겠다’의 경우 0점을 주었고 점수가 높을수록 패스트푸드에 대해 올바르게 인지하고 있음을 의미한다. 패스트푸드 섭취 빈도 조사를 위해 일부 청소년들을 대상으로 한 설문조사를 통해 자주 섭취하는 패스트푸드를 조사한 후 그 중 섭취 빈도가 높게 조사된 순서대로 14개의 식품들을 최종 선별하였다. 식품별 섭취 빈도 조사는 일주일간의 섭취빈도를 4점 척도(매일-4점, 일주일에 4~5번-3점, 일주일에 2~3번-2점, 안 먹는다-0점)로 구분하여 기호도를 조사하였다.

3. 자료의 처리

조사된 자료는 SPSS/PC(Ver 12.0)프로그램을 이용하여 통계처리 하였다. 조사대상자의 구성과 일반적 사항은 단순 빈도와 백분율을 이용하였고 문항별로 성별 및 지역에 따른 차이는 χ^2 -test와 Student t-test를 이용하여 유의도를 검증했다. 패스트푸드 인지도와 여러 변인들과의 관계 및 BMI백분위수에 의한 비만 판정에 따른 패스트푸드 섭취는 일원분산분석(one-way ANOVA)를 이용 분석하였고, 유의 수준 $P < 0.05$ 에서 Duncan's multiple range test를 이용하여 사후검정을 실시하였다.

IV. 결과분석

1. 대상의 일반적 특성

조사대상자들의 일반적인 사항을 살펴보면 표 3과 같다.

조사대상 중 · 고등학생은 총 962명으로 경기도가 460명(47.8%), 서울시가 502명(52.2%)이며 성별로 보면 남자가 466명(48.4%), 여자가 496명(51.6%)이었다. 한달 용돈은 경기도 및 서울지역 각각 ‘3만원 미만’이 40.7%, 36.5%, ‘3만원~5만원미만’ 31.3%, 39.4%, ‘5~7만원 미만’ 8.7%, 13.9%, ‘7~10만원미만’ 8.5%, 5.4%, ‘10만원 이상’은 10.9%, 4.8%로 조사되었는데 서영선의 “청소년의 패스트푸드 식습관과 인성에 관한 연구”(1992)에 의하면 한달 용돈이 ‘3만원미만’ 64.1%, ‘3~5만원미만’ 18.9%, ‘5만원이상’ 16.9%의 순으로 나타나 중 · 고등학생의 용돈이 지난 15년간 약간 증가한 것을 알 수 있었다. 월평균 가계소득은 경기지역의 경우 100만원 미만에서부터 200만원까지 고르게 분포하고 있는 반면 서울지역은 300만원 이상이 27.7%를 보여 가족수입의 격차가 심한 것으로 나타났다. 식구 수는 서울지역은 핵가족 형태인 3~4명이 79.3%로 가장 많이 차지하였고 경기지역은 5명 이상이 39.3%나 차지해 서울지역과 유의적 차이를 보였다.

현재 거주하고 있는 곳은 서울지역은 97% 이상이 부모님과 함께 거주하는데 비해 경기지역은 79.1% 만이 부모님과 함께 거주한다고 대답했다. 아버지 직업은 경기지역의 경우 기타(11.1%), 농축산업(21.5%), 자영업(16.7%), 공무원(9.1%), 생산·근로직(8.9%), 회사원(8.7%) 순이었고, 서울지역은 자영업(29.3%), 회사원(22.7%), 기타

〈표Ⅳ-1〉 서울·경기지역 중·고등학생들의 일반적인 특성

N(%)

특 성	구 분	경기 (n=460)	서울 (n=502)	Total (n=962)	χ^2 -test
성별	남자	230(50.0)	236(47.0)	466(48.4)	0.85 ^{NS}
	여자	230(50.0)	266(53.0)	496(51.6)	
한달용돈 (10,000원)	<3	187(40.7)	183(36.5)	370(38.5)	26.29 ^{***}
	3~5	144(31.3)	198(39.4)	342(35.6)	
	5~7	40(8.7)	70(13.9)	111(11.5)	
	7~10	39(8.5)	27(5.4)	66(6.9)	
	10≤	50(10.9)	24(4.8)	73(7.6)	
가족수입 (10,000원)	<100	99(21.5)	24(4.8)	123(12.8)	98.28 ^{***}
	100~150	92(20.0)	58(11.6)	150(15.6)	
	150~200	97(21.1)	101(20.1)	198(20.6)	
	200~250	63(13.7)	102(20.3)	165(17.2)	
	250~300	47(10.2)	78(15.5)	125(13.0)	
식구수(명)	300≤	62(13.5)	139(27.7)	201(20.9)	54.37 ^{***}
	1~2	9(2.0)	2(0.4)	11(1.1)	
	3~4	270(58.7)	398(79.3)	668(69.4)	
	5~6	146(31.7)	93(18.5)	239(24.8)	
	7≤	35(7.6)	9(52.2)	44(4.6)	
현재 거주지	부모님과 함께	364(79.1)	487(97.0)	851(88.5)	76.6 ^{***}
	하숙집에 혼자	5(1.1)	0(0.0)	5(0.5)	
	친척집에서	11(2.4)	2(0.4)	13(1.4)	
	자취집에서 혼자	16(3.5)	2(0.4)	18(1.9)	
	부모님없이 가족과	13(2.8)	4(0.8)	17(1.8)	
	기타	51(11.1)	7(1.4)	58(6.0)	
아버지 직업	농·축산업	99(21.5)	6(1.2)	105(10.9)	156.76 ^{***}
	생산·근로직	41(8.9)	46(9.2)	87(9.0)	
	자영업·판매직	77(16.7)	147(29.3)	224(23.3)	
	공무원	42(9.1)	76(15.1)	118(12.3)	
	회사원	40(8.7)	114(22.7)	154(16.0)	
	기타	161(35.0)	113(22.5)	274(28.5)	
어머니 직업	농·축산업	71(15.4)	1(0.2)	72(7.5)	85.91 ^{***}
	생산·근로직	32(7.0)	35(7.0)	67(7.0)	
	자영업·판매직	89(3.5)	118(23.5)	207(21.5)	
	공무원	16(3.5)	16(3.2)	32(3.3)	
	회사원	22(4.8)	48(9.6)	70(7.3)	
	주부	230(50.0)	284(56.6)	514(53.4)	

***p<0.001, NS: no significant difference

(22.5%), 공무원(15.1%), 생산·근로직(9.2%), 농·축산물업(1.2%)로 지역간 유의적 차이가 있었다. 어머니의 직업은 경기지역이나 서울지역 모두 주부가 많았으나 두 번째로는 경기지역은 농·축산업인 반면, 서울은 자영업·판매직에 종사하는 것으로 나타났다.

2. 식생활 관련요인

1) 식사섭취실태

성별에 따른 식사섭취 실태조사는 <표IV-2>에 제시하였다.

<표IV-2> 성별에 따른 식사섭취 실태

		N(%)					
식사	구분	남 (n=466)		녀 (n=496)		Total (n=962)	χ^2 -test
조식	꼭 먹는다	232	(49.8)	217	(43.8)	449	(46.7)
	가끔 안 먹는다	140	(30.0)	161	(32.5)	301	(31.3) 3.75 ^{NS}
	안 먹는다	94	(20.2)	118	(23.8)	212	(22.0)
중식	꼭 먹는다	410	(88.0)	410	(82.7)	820	(85.2)
	가끔 안 먹는다	51	(10.9)	72	(14.5)	123	(12.8) 6.92 [*]
	안 먹는다	5	(1.1)	14	(2.8)	19	(2.0)
석식	꼭 먹는다	352	(75.5)	262	(52.8)	614	(63.8)
	가끔 안 먹는다	103	(22.1)	204	(41.1)	307	(31.9) 54.34 ^{***}
	안 먹는다	11	(2.4)	30	(6.0)	41	(4.3)

***p<0.001, *p<0.05, NS: no significant difference

아침식사의 경우 남학생 49.8%, 여학생 43.8%만이 ‘꼭 먹는다’라고 답해 50% 이상이 아침을 결식하는 것으로 나타났다. 이는 한명주와 조현아의 서울지역 고등학생을 대상으로 한 연구(2000)에서 ‘아침식사를 매일 한다’는 남학생 54.5%, 여학생 43.0%의 결과와 비슷한 양상을 보여 청소년들의 아침결식의 비율이 높음에 따라 아침결식의 해결을 위한 관심과 주의가 더욱 요구된다.

점심식사의 경우 남녀 각각 섭취에 별 다른 차이가 없는데 이는 학교 급식실시로 인하여 규칙적인 점심식사가 가능하기 때문으로 보인다. 석식의 경우 ‘꼭 먹는다’는 대답이 남학생 75.5%, 여학생 52.8%로 남녀간 유의적인 차이가 있었다. 그러나 여학생의 경우 석식 결식률이 높은 것은 최근 사회의 외모 중시 경향과 체형관리를 결식을 통해 이루려고 하는 잘못된 식생활 태도를 추측할 수 있는데 이는 석식의 결식으로 인한 야식의 섭취가 증가할 수 있으므로 규칙적인 식사섭취의 중요성을 더욱 인지시킬 필요가 있다고 사료된다. 김인숙(2002)의 “여중생과 여고생의 식행동에 대한 연구”에서도 여고생의 경우 체중 조절을 위해 운동보다는 식사조절방법의 일종인 결식이나 단식을 더 많이 선택하며 5.3%가 결식하는 것으로 보고됨에 따라 올바른 체중 조절을 위한 방법으로 운동요법과 식사요법이 병행되어야 함을 인지시킬 필요가 있다고 사료된다.

지역별로 식사섭취 실태를 비교한 결과 <표IV-3>와 같이 ‘꼭 먹는다’고 대답한 학생들이 경기지역의 경우 아침(41.1%), 점심(77.0%), 저녁(57.0%)이었고 서울지역의 경우 아침(51.8%), 점심(92.8%), 저녁(70.1%)로 조사되었다. ‘안 먹는다’라고 대답한 학생은

경기지역의 경우 아침(29.1%), 점심(3.7%), 저녁(2.8%)이고 서울은 아침(15.5%), 점심(0.4%), 저녁(2.8%)로 지역간에 유의적 차이가 있어 식사섭취 실태 조사에서는 경기지역보다 서울지역 학생들의 식사섭취 실태가 양호한 것을 알 수 있었다.

〈표Ⅳ-3〉 지역에 따른 식사섭취 실태

N(%)

식사	구분	경기 (n=460)	서울 (n=502)	Total (n=962)	χ^2 -test
조식	꼭 먹는다	189(41.1)	260(51.8)	449(46.7)	26.66***
	가끔 안 먹는다	137(29.8)	164(32.7)	301(31.3)	
	안 먹는다	134(29.1)	78(15.5)	212(22.0)	
중식	꼭 먹는다	354(77.0)	466(92.8)	820(85.2)	49.99***
	가끔 안 먹는다	89(19.3)	34(6.8)	123(12.8)	
	안 먹는다	17(3.7)	2(0.4)	19(2.0)	
석식	꼭 먹는다	262(57.0)	352(70.1)	614(63.8)	19.51***
	가끔 안 먹는다	171(37.2)	136(27.1)	307(31.9)	
	안 먹는다	27(2.8)	14(2.8)	41(4.3)	

***p<0.001

2) 가정에서의 식사환경 요인

성별에 따른 가정에서의 환경요인은 <표Ⅳ-4> 과 같다.

<표Ⅳ-4> 성별에 따른 식사시의 환경요인

		N(%)			
구분	내용	남 (n=466)	녀 (n=496)	Total (n=962)	χ ² -test
주로 누구와 식사를 하나	은가족이 함께	173(37.1)	208(41.9)	381(39.6)	19.70**
	혼자서	121(26.0)	121(24.4)	242(25.2)	
	친구와	99(21.2)	74(14.9)	173(18.0)	
	형제들과	32(6.9)	63(12.7)	95(9.9)	
	기타	41(8.8)	30(6.0)	71(7.4)	
우리집 식사는 누가 담당하나	어머니	383(82.2)	390(78.6)	773(80.4)	13.07*
	누나/여동생	9(1.9)	2(0.4)	11(1.1)	
	본인	30(6.4)	51(10.3)	81(8.4)	
	할머니	15(3.2)	24(4.8)	39(4.1)	
	파출부	12(2.6)	7(1.4)	19(2.0)	
	기타	17(3.6)	22(4.4)	39(4.1)	

**p<0.01, *p<0.05

‘주로 누구와 식사를 하는가’란 질문에 남학생은 가족(31.7%), 혼자(26.0%), 친구(21.2%), 기타(8.8%), 형제(6.9%) 순이었고 여학생은 가족(41.9%), 혼자(24.4%), 친구(14.9%), 형제(12.7%), 기타(6.0%)의 순으로 남녀간 유의적 차이가 있었다(p<0.01).

‘식사 담당자는 누구인가’란 질문에서는 남학생 82.2%, 여학생 78.6%

가 ‘어머니’라고 대답해 대부분의 식사준비는 어머니가 담당하는 것으로 나타났으나 조사 여학생의 10.3%, 남학생의 6.4%는 본인이 직접 식사준비를 하는 것으로 조사되었다.

지역별로는 <표Ⅳ-5 > 과 같이 경기지역은 가족(34.3%), 친구(23.7%), 혼자서(23.0%), 형제(10.0%), 기타(4.8%) 순이었고 서울지역은 가족(44.4%), 혼자서(27.1%), 친구(12.7%), 형제(9.8%), 기타(6.0%) 순으로 지역간 유의적 차이가 있었다.

식사담당자는 누구인가라는 질문에서 두 지역 모두 어머니라는 응답이 가장 많았는데 서울(86.9%)이 경기지역(73.3%)보다 그 비율이 높게 나타났다. 반면, 본인이 준비한다는 응답은 경기지역 11.5%이고 서울지역이 5.6%로 경기지역에서 높게 나타나 유의적 차이를 보였다.

〈표IV-5〉 지역에 따른 식사시의 환경요인

		N(%)			
식사	구분	경기 (n=460)	서울 (n=502)	Total (n=962)	χ^2 -test
주로 누구와 식사를 하나	은가족이 함께	158(34.3)	223(44.4)	381(39.6)	26.53***
	혼자서	106(23.0)	136(27.1)	242(25.2)	
	친구와	109(23.7)	64(12.7)	173(18.0)	
	형제들과	46(10.0)	49(9.8)	95(9.9)	
	기타	41(4.8)	30(6.0)	71(7.4)	
우리집 식사는 누가 담당하나	어머니	337(73.3)	436(86.9)	773(80.4)	30.72***
	누나/여동생	5(1.1)	6(1.2)	11(1.1)	
	본인	53(11.5)	28(5.6)	81(8.4)	
	할머니	27(5.9)	12(2.4)	39(4.1)	
	파출부	11(2.4)	8(1.6)	19(2.0)	
	기타	27(5.9)	12(2.4)	39(4.1)	

***p<0.001

3) 패스트푸드 섭취 실태

성별에 따른 중·고등학생들의 패스트푸드 섭취 실태 조사는 〈표 IV-6〉와 같다.

남학생과 여학생 모두 50%이상이 하루에 패스트푸드를 1~2회 섭취한다고 답했고 4회 이상 패스트푸드 섭취한다는 응답도 각각 10.9%와 9.7%로 나타났다. 성남지역의 중·고등학생을 대상으로 한 이영미와 한영숙(1996)의 연구에서 하루의 간식의 섭취가 1~2회(81.5%)로 보고되었는데 본 연구의 결과와 유사하게 조사된 것을 알 수 있었다.

〈표Ⅳ-6〉 성별에 따라 섭취하는 패스트푸드의 횟수 및 종류

		N(%)			
구분	내용	남 (n=466)	녀 (n=496)	Total (n=962)	χ^2 -test
패스트푸드 섭취 횟수/일	거의 안 먹는다	106(22.7)	86(17.3)	192(20.0)	12.56*
	1회	137(29.4)	133(26.8)	270(28.1)	
	2회	138(29.6)	166(33.5)	304(31.6)	
	3회	34(7.3)	63(12.7)	97(10.1)	
	4회이상	51(10.9)	48(9.7)	99(10.3)	
섭취하는 패스트푸드 종류	청량음료류	56(12.0)	33(6.7)	89(9.3)	40.87***
	햄버거. 핫도그류	177(38.0)	193(38.9)	370(38.5)	
	피자류	49(10.5)	29(5.8)	78(8.1)	
	치킨류	46(9.9)	37(7.5)	83(8.6)	
	도넛류	11 (2.4)	6(1.2)	17(1.8)	
	아이스크림.셰이크류	77(16.5)	84(16.9)	161(16.7)	
	감자 등 튀김류	29(6.2)	61(12.3)	90(9.4)	
	면류	11(2.4)	38(7.7)	49(5.1)	
	기타	10(2.1)	15(3.0)	25(2.6)	

***p<0.0011, *p<0.05

선호하는 패스트푸드의 종류로는 남학생의 경우 햄버거.핫도그류 (38.0%) > 아이스크림.셰이크류(16.5%) > 청량음료류(12.0%) > 피자류(10.5%) > 치킨류(9.9%) > 감자 등 튀김류(6.2%) > 도넛류 (2.4%) 순으로 섭취한다고 하였으며, 여학생은 햄버거.핫도그류 (38.9%) > 아이스크림.셰이크류(16.9%) > 감자 등 튀김류(7.7%) > 면류(7.7%) > 치킨류(7.5%) > 청량음료류(6.7%) > 피자류(5.8%) > 도넛류(1.2 %) 순으로 남학생과 좋아하는 패스트푸드 종류에 유의적

인 차이가 있었다.

그러나 성별에 관계없이 가장 선호하는 것은 햄버거. 핫도그류 및 아이스크림.쉐이크류였고, 여학생이 남학생에 비해 감자 등 튀김류를 더 선호하는 것으로 조사되었다. 남학생은 여학생보다 청량음료류를 선호하는 것이 차이가 있었다.

3. 대상의 건강상태

1) 조사대상자의 비만도 측정

조사대상자의 BMI백분위수에 의한 비만도 판정의 결과는 <표Ⅳ-7> 와 같다. 성별로 보면 남학생은 저체중(12.0%), 정상(66.5%), 과체중(13.1%) 및 비만(8.4%)로 조사되었고 여학생은 저체중(24.6%), 정상(67.7%), 과체중(5.2%), 비만(2.4%)로 조사되어 남·녀간 유의적으로 차이가 있었다.

남학생의 경우 과체중 및 비만률이 21.5%, 여학생이 7.6%로 차이가 있으므로 남학생 비만률 증가를 예방하는 교육과 여학생의 경우 저체중률이 24.6%나 되어 저체중군에 대한 영양관리 및 교육이 필요하다고 판단된다.

1999년 서울시 학교 보건원이 고등학생 7,342명을 대상으로 실시한 종합 신체검사 결과에서도 유사한 조사결과를 보였는데, 중증도 비만군과 고도비만군이 각각 2.7%, 0.5%인 반면 저체중군과 심한 저체중군은 각각 18.8%, 3.4%로 밝혀져 향후 거시적으로 비만군보다 저체중군에 대해 집중적인 관심을 가져야 할 필요성을 제기 하였었다. 특

히, 저체중이 건강에 미치는 영향은 쉽게 피로감을 느끼며, 질병에 대한 저항력 감소, 성장의 지연 및 내분비 장애와 또 다른 심각한 질병의 원인이 되기도 한다. 따라서 저체중군은 젊었을 때에는 건강에 별다른 이상이 없다가도 중년이 되면 당뇨병, 고혈압 등 성인병에 걸릴 확률이 정상체중군에 비해 훨씬 높아지므로 예방차원의 관리가 필요하다고 사료된다.

지역별로는 과체중인 학생이 경기지역은 10.2%, 서울은 8.0%이고 비만인 학생은 경기 6.3%, 서울 4.4%로 조사되었다. 이는 김현국(1990)의 연구에서 대도시 지역의 학생들이 중소도시학생에 비해 비만도가 높다는 조사와는 상반되는 결과이다.

〈표IV-7〉 조사대상자의 BMI백분위수에 의한 비만판정 결과

구분	남자		p-value	경기		p-value
	(n=466)	(n=496)		(n=460)	(n=502)	
저체중	56(12.0)	122(24.6)		86(18.7)	92(18.3)	
정상	310(66.5)	336(67.7)	53.01***	298(64.8)	348(69.3)	3.77 ^{NS}
과체중	61(13.1)	26(5.2)		47(10.2)	40(8.0)	
비만	39(8.4)	12(2.4)		29(6.3)	22(4.4)	
Mean±S.E	21.82±3.58	20.09±2.60	8.64***	21.09±3.50	20.79±2.95	1.48 ^{NS}

2) 주관적 건강상태

본인의 건강상태에 대해 어떻게 인지하고 있는지에 대한 질문에서는 남학생은 59.2%가 건강하거나 아주 건강하다고 답한 반면 여학생의 경우 48.2%만이 건강하다고 답하였다. 허약하거나 아주 허약하다고 답한 의견도 각각 10.6%와 7.0%로 조사되어 남학생과 여학생 사이에 자신의 건강상태에 대한 의견에 남녀간 유의적 차이가 있었다.($p < 0.01$)

<표 IV-8 > 자신의 건강상태에 대한 주관적 인지

		N(%)			
구분	내용	남 (n=466)	녀 (n=496)	Total (n=962)	χ^2 -test
본인의 건강판단 정도	아주 건강	90(19.3)	69(13.9)	159(16.5)	15.65**
	건강	186(39.9)	195(39.3)	381(39.6)	
	보통	134(28.8)	180(36.3)	314(32.6)	
	허약	38(8.2)	29(5.8)	67(7.0)	
	아주 허약	11(2.4)	6(1.2)	17(1.8)	
	잘 모름	7(1.5)	17(3.4)	24(2.5)	

** $p < 0.01$

3) 아침식사와 건강상태

아침식사 여부에 따른 경우 주관적 건강상태에 대한 인지상태조사는 <표IV-9> 과 같다. ‘아침식사를 꼭 먹는다’는 학생의 경우 64.1%가 ‘자신이 아주 건강’하거나 ‘건강하다’고 응답한 반면, ‘안 먹는다’는 학생은 50.4% 만이 ‘자신이 건강하다’고 답해 결식이 건강에 대한 자신감에 큰 영향을 주는 것을 알 수 있었다. 최정숙 등(2003)의 연구에서도 고등학생의 80.6%가 세끼 중 아침식사가 가장 중요하다고 답하였고, 아침식사의 섭취율이 높고 식사를 규칙적으로 먹을수록 자신이 건강하다고 인지하고 있는 것으로 나타났는데 본 연구에서도 유사한 결과를 보였다.

<표IV-9 > 아침식사의 여부에 따른 건강인지

구분	내용	아침식사여부			Total (n=962)	N(%)	χ ² -test
		꼭먹음 (n=449)	가끔안먹음 (n=301)	안먹음 (n=212)			
본인의 건강판단 정도	아주 건강	81(18.0)	44(14.6)	34(16.0)	159(16.5)	29.41***	
	건강	207(46.1)	101(33.6)	73(34.4)	381(39.6)		
	보통	120(26.7)	116(38.5)	78(36.8)	314(32.6)		
	허약	28(6.2)	24(8.0)	15(7.1)	67(7.0)		
	아주 허약	9(2.0)	5(1.7)	3(1.4)	17(1.8)		
	잘 모름	4(0.9)	11(3.7)	9(4.2)	24(2.5)		

***p<0.001

4. 패스트푸드 선호도 및 선택요인

1) 패스트푸드 선호도

중·고등학생들의 패스트푸드에 대한 선호도는 <표IV-10 > 과 같다. ‘패스트푸드를 좋아하는가’란 질문을 해 본 결과 남학생 (60.2%), 여학생(52.9%)이 매우 좋아하거나 좋아한다고 답해 성별에 따라 유의적 차이가 없었고, 대부분의 학생들이 패스트푸드를 좋아하는 것으로 나타났다.

<표IV-10 > 성별에 따른 패스트푸드 선호도

구분	내용	N(%)			χ^2 -test
		남 (n=466)	녀 (n=496)	Total (n=962)	
선호도	매우 좋아한다	51(10.9)	39(7.9)	90(9.4)	8.99 ^{NS}
	좋아한다	230(49.3)	223(45.0)	453(47.1)	
	보통이다	164(35.2)	206(41.5)	370(38.5)	
	싫어한다	14(3.0)	24(4.8)	38(4.0)	
	아주 싫어한다	7(1.5)	4(0.8)	11(1.1)	

NS: no significant difference

지역에 따른 패스트푸드 선호도 조사결과는 <표IV-11 > 에 제시하였다.

두 지역 모두 50% 이상이 ‘패스트푸드를 좋아한다’고 답해 유의적인 차이가 없이 높은 선호도를 보였다.

〈표Ⅳ-11〉 지역에 따른 패스트푸드 선호도

N(%)

구분	경기 (n=460)	서울 (n=502)	Total (n=962)	χ^2 -test
매우 좋아한다	43(9.3)	47(9.4)	90(9.4)	8.97 ^{NS}
좋아한다	199(43.3)	254(50.6)	453(47.1)	
선호도 보통이다	191(41.5)	180(35.9)	371(38.6)	
싫어한다	19(4.1)	180(35.9)	38(4.0)	
아주 싫어한다	8(1.7)	19(3.8)	10(1.0)	

NS: no significant difference

2) BMI백분위수 비만판정에 따른 패스트푸드 선호도

체질량지수(BMI)와 패스트푸드 선호도의 관계는 〈표Ⅳ-12〉와 같다.

‘패스트푸드를 매우 좋아한다’고 답한 학생들 중 비만은 15.7%였고 저체중은 14.6%로 유사하였으나 ‘싫어한다’고 답한 학생의 경우 비만자는 없었으나 저체중은 23.1%로 조사되어 그룹 간 유의적인 차이가 있었다.

또한, 비만이거나 과체중인 학생 중 패스트푸드를 ‘아주 싫어한다’고 대답한 학생은 한명도 없는 것으로 조사됨에 따라 과체중 및 비만인 학생의 경우 패스트푸드를 선호하는 것으로 조사되었다.

〈표Ⅳ-12〉 BMI백분위수 비만관정에 따른 패스트푸드 선호도

구분	N(%)					X ² -test
	저체중 (n=178)	정상 (n=646)	과체중 (n=87)	비만 (n=51)	Total (n=962)	
매우 좋아한다	26(14.6)	50(7.7)	6(6.9)	8(15.7)	90(9.4)	
좋아한다	91(51.1)	302(46.7)	38(43.7)	22(43.1)	453(47.1)	
보통이다	51(28.7)	261(40.4)	37(42.5)	21(41.2)	370(38.5)	23.40*
싫어한다	9(23.1)	24(3.7)	6(6.9)	0(0.0)	39(4.1)	
아주 싫어한다	1(0.6)	9(1.4)	0(0.0)	0(0.0)	10(1.0)	

*p<0.05

3) 패스트푸드 선택시 행동요인

패스트푸드를 사먹는 이유로는 〈표Ⅳ-13〉에서처럼 남·녀 모두 50% 이상이 ‘맛이 좋아서’라고 답했다. 그 다음으로는 ‘습관이 되어’(15.7%), ‘값이 저렴해서’(11.9%), ‘영양이 좋아서’(0.8%)라고 답했는데 기타 의견으로는 ‘배가 고파서’가 가장 많은 것으로 조사되어 학생들이 식사대용으로 여러 패스트푸드를 선택하는 것으로 보인다.

〈표IV-13〉 성별에 따른 패스트푸드 선택시 행동요인

N(%)

구분	내용	남 (n=466)	녀 (n=496)	Total (n=962)	χ^2 -test
사먹는 이유	값이 저렴	61(13.1)	53(10.7)	114(11.9)	3.21 ^{NS}
	맛이 좋음	242(51.9)	250(50.4)	492(51.1)	
	영양이 좋음	5(1.1)	3(0.6)	8(0.8)	
	습관이 되어서	69(14.8)	82(16.5)	151(15.7)	
	기타	89(19.1)	108(21.8)	197(20.5)	
선택기준	TV 광고	48(10.3)	63(12.7)	111(11.5)	5.33 ^{NS}
	즉흥적	113(24.2)	117(23.6)	230(23.9)	
	친구가 사는 것	18(3.9)	17(3.4)	35(3.6)	
	늘 먹던 것	162(34.8)	169(34.1)	331(34.4)	
	믿을수 있는 제품	46(9.9)	33(6.7)	79(8.2)	
	매일 바꾸어서	40(8.6)	50(10.1)	90(9.4)	
	기타	39(8.4)	47(9.5)	86(8.9)	
영양표시 확인	둘다 확인	103(22.1)	118(23.8)	221(23.0)	9.31*
	트랜스지방만 확인	207(44.4)	255(51.4)	462(48.0)	
	칼로리만 확인	11(2.4)	11(2.2)	22(2.3)	
	미확인	145(31.1)	112(22.6)	257(26.7)	

*p<0.05, NS: no significant difference

‘트랜스지방 및 칼로리는 확인하는가’란 질문에서는 여학생의 77.4%가 둘 중에 하나라도 확인한다고 답했고 남학생의 경우 68.9%만이 트랜스지방 및 칼로리를 확인하는 것으로 답해 여학생이 남학생이 비해 패스트푸드 선택시 트랜스지방 함량과 칼로리를 더 확인하는 것으로 나타났다. 이는 중학생을 대상으로 한 이정원, 김동순(2003)의 연구에서도 식품 구매시 여학생(54.6%)이 남학생(47.2%)보다 식품표시를 확인하는 비율이 높은 것으로 보고되었는데 본 연구에서도 비슷한

결과를 보였다. 그 외의 질문에서는 남학생 여학생 별다른 차이가 없었다.

지역별로는 <표IV-14 > 에서 처럼 사먹는 이유로 ‘맛이 좋아서’가 경기(43.7%), 서울(58.2%)로 가장 많은 것으로 조사되었으며, 특히 서울지역이 더 맛 위주로 간식을 선택했다. ‘습관이 되어서’라고 답한 학생이 서울지역이 11.2%인 반면 경기지역은 20.4%로 지역간 유의적 차이가 있었다. 선택기준은 경기지역은 ‘늘 먹던 것’(32.8%) > ‘즉흥적’(22.2%) > ‘기타’(12.6%) > ‘TV광고’(11.3%) > ‘믿을 수 있는 제품’(8.7%) > ‘매일 바꾸어서’(7.6%) > ‘친구가 사는 것으로’(4.8%)로 나타났고 서울은 ‘늘 먹던 것’(35.9%) > ‘즉흥적’(25.5%) > ‘TV광고’(11.8%) > ‘매일 바꾸어서’(11.0%) > ‘믿을 수 있는 제품’(7.8%) > ‘기타’(5.6%) > ‘친구가 사는 것으로’(2.6%)로 나타나 유의적 차이가 있었다($p < 0.01$).

한편, 성남과 분당지역 중·고등학생을 중심으로 조사한 이영미와 한명숙(1996)의 연구에서 간식을 살 때의 선택기준이 즉흥적(50%) > 늘 먹던 것으로(38.2%) > TV광고(2.4%) 순으로 조사되었던 것과 비교해보면 본 연구에서 패스트푸드 선택이유는 1순위가 ‘늘 먹던 것’으로 조사되어 다른 양상을 보였다.

〈표IV-14〉 지역에 따른 패스트푸드 선택시 행동요인

		N(%)			
구분	내용	경기 (n=460)	서울 (n=502)	Total (n=962)	X ² -test
사먹는 이유	값이 저렴	63(13.7)	51(10.2)	114(11.9)	27.3***
	맛이 좋음	200(43.5)	292(58.2)	492(51.1)	
	영양이 좋음	4(0.9)	4(0.8)	8(0.8)	
	습관이 되어서	94(20.4)	56(11.2)	150(15.6)	
	기타	99(21.5)	99(20.7)	197(20.5)	
선택기준	TV 광고	52(11.3)	59(11.8)	111(11.5)	21.37**
	즉흥적	102(22.2)	128(25.5)	230(23.9)	
	친구가 사는것	22(4.8)	13(2.6)	35(3.6)	
	늘 먹던 것	151(32.8)	180(35.9)	331(34.4)	
	믿을수 있는 제품	40(8.7)	39(7.8)	79(8.2)	
	매일 바꾸어서	35(7.6)	55(11.0)	90(9.4)	
	기타	58(12.6)	28(5.6)	86(8.9)	
영양표시 확인	들다 확인	113(24.6)	108(21.5)	221(23.0)	2.24 ^{NS}
	트랜스지방만 확인	211(45.9)	251(50.0)	462(48.0)	
	칼로리만 확인	12(2.6)	10(2.0)	22(2.3)	
	미확인	124(27.0)	133(26.5)	257(26.7)	

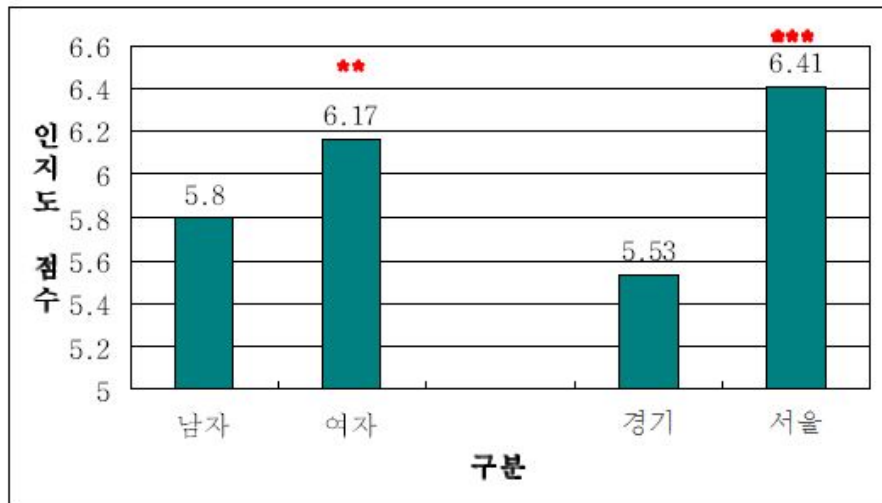
***p<0.001, **p<0.01, NS: no significant difference

5. 패스트푸드에 대한 인식

1) 패스트푸드 인지의 정확성

패스트푸드에 대해 올바르게 인지하고 있는지 알아본 결과는 그림 1과 같다. 패스트푸드의 인지도는 여학생이 남학생보다 올바르게 인지하고 있는 것으로 나타났고($p < 0.01$), 지역간은 서울지역이 경기지역보다 인지점수가 훨씬 높게 나타났다($p < 0.001$).

〈그림 IV-1〉 성별 및 지역간 패스트푸드 인지도 비교



2) 패스트푸드 인지도에 따른 패스트푸드 선호도

패스트푸드를 선호하는 학생의 패스트푸드에 대한 인지도정도를 조사한 결과는 <표Ⅳ-15> 과 같다.

패스트푸드 선호도에 따른 인지도 점수를 비교해 본 결과 남학생의 경우 ‘매우 좋아한다’라고 답한 학생의 인지도 점수가 가장 낮았고 ‘매우 싫어한다’고 답한 학생들의 인지도 점수가 높은 것으로 나타나 패스트푸드에 대해 바르게 인지하고 있는 학생들이 패스트푸드를 싫어하는 것으로 조사되었다.

여학생 역시 매우 싫어한다고 답한 학생의 인지도가 높은 것으로 나타났으나 전체적으로는 선호에 따른 인지점수는 유의적인 차이가 없었다.

여학생들의 패스트푸드에 대한 인지도가 선호도에 별다른 영향을 못 미치는 것으로 나타남에 따라 영양지식의 인지 후에 식생활 습관으로 고착될 수 있도록 지속적이고 정기적인 영양교육이 필요하다고 사료된다.

〈표Ⅳ-15〉 성별에 따른 패스트푸드 인지도와 선호도

구분	선호도	N(%)	인지도	F
남자 (n=466)	매우 좋아한다	51(10.9)	5.12±2.50 ^a	2.78*
	좋아한다	230(49.4)	5.77±2.13 ^{ab}	
	보통이다	164(35.2)	5.91±2.17 ^{abc}	
	싫어한다	15(3.2)	6.73±2.09 ^{bc}	
	매우 싫어한다	6(1.3)	7.33±1.63 ^c	
여자 (n=496)	매우 좋아한다	39(7.9)	5.67±1.84 ^a	1.83 ^{NS}
	좋아한다	223(45.0)	6.11±2.01 ^a	
	보통이다	206(41.5)	6.28±1.87 ^a	
	싫어한다	24(4.8)	6.29±1.73 ^a	
	매우 싫어한다	4(0.8)	8.00±1.41 ^b	

*p<0.05, NS: no significant difference

3) 패스트푸드 인지도와 섭취빈도

개인의 패스트푸드에 대한 인지도가 섭취빈도에 영향을 주는지 알아보기 위해 인지도점수에 따라 섭취빈도를 분석한 결과는 〈표Ⅳ-16〉과 같다.

남학생의 경우 거의 ‘매일 먹는다’고 응답한 학생의 인지도가 가장 낮은 반면 ‘거의 먹지 않는다’고 응답한 학생의 인지도는 높게 나와 본 연구의 패스트푸드 선호도 조사와 같은 결과를 보였다. 반면, 여학생의 경우 ‘매일 먹는다’라고 응답한 학생의 인지도 점수가 가장 높게

나와 남학생과 차이를 보였다. 남학생의 경우 인지도가 높을수록 패스트푸드를 적게 먹는데 반해 여학생의 경우는 인지도에 상관없이 패스트푸드를 섭취하는 것으로 나타났다. 이는 고등학생의 건강증진행위에 대해 연구한 김영애 등(2000)의 연구에서도 남학생이 여학생보다 건강증진행위를 조금 더 잘하고 있다는 연구결과와 일치한다. 이상의 조사결과를 볼 때, 여학생의 경우 영양교육을 다양하고 좀 더 깊이 있게 실시하여 스스로가 깨달아 실천할 수 있도록 하는 교육내용의 연구개발이 절실히 요구되는 결과라 하겠다.

〈표Ⅳ-16〉 패스트푸드 섭취빈도에 따른 인지도

구분	섭취빈도	N(%)	인지도	F
남자 (n=466)	거의 매일 먹는다	37(7.9)	5.51±2.73 ^a	5.01**
	3-4번/1주	118(25.3)	5.56±2.13 ^a	
	1-2번/1주	229(49.2)	5.67±2.19 ^a	
	거의 먹지 않는다	82(17.6)	6.63±1.89 ^b	
여자 (n=496)	거의 매일 먹는다	24(4.8)	6.63±1.61 ^b	3.13*
	3-4번/1주	120(24.2)	5.73±2.05 ^a	
	1-2번/1주	243(49.0)	6.32±1.86 ^{ab}	
	거의 먹지 않는다	109(22.0)	6.22±1.95 ^{ab}	

**p<0.01, *p<0.05

V. 요약 및 결론

서울 및 경기지역에 거주하는 일부 남·녀 중·고등학생 962명을 대상으로 패스트푸드 섭취실태를 알아보기 위하여 설문지법으로 조사 분석한 결과는 다음과 같다.

조사대상 중·고등학생은 총 962명으로 경기지역 460명(47.8%), 서울지역 502명(52.2%)이며 성별로 보면 남자가 466명(48.4%), 여자가 496명(51.6%)이었다. 가족수입은 경기지역의 경우 100만원 미만에서부터 200만원까지 고르게 분포하고 있는 반면 서울지역은 300만원 이상이 27.7%를 보여 가족수입의 격차가 심한 것으로 나타났다. 식구 수는 서울지역은 핵가족 형태를 띠고 있고 경기지역은 확대가족이 많았다.

식사 섭취 실태조사는 남·녀 모두 결식률이 높았고 특히, 대도시(서울지역) 학생들이 중소도시(경기지역) 학생들보다 아침 결식률이 여전히 높은 것으로 조사되었다.

BMI백분위수의 비만판정 결과 남학생과 여학생 각각 12.0%, 24.6%가 저체중으로 나타났고 과체중 및 비만은 남학생과 여학생 각각 21.5%, 7.6%로 유의적으로 남학생의 비만률이 높았다. 한편, 남학생이 여학생에 비해 자신이 건강하다고 생각하는 것으로 조사되었고, 아침식사의 유무에 따라 건강인지실태가 다르게 조사되었다.

패스트푸드의 선호도 조사에서 남·녀 각각 60.2%, 52.9%가 매우 좋아하거나 좋아하다고 응답했다.

BMI백분위수에 따른 선호도는 과체중이나 비만 학생이 저체중인

학생보다 패스트푸드를 좋아하는 것으로 조사되어 비만도에 따라 차이를 보였다.

패스트푸드 구입 시 영양성분표시 확인여부는 여학생이 77.4 %, 남학생이 68.9%로 여학생이 남학생이 비해 영양성분을 더 확인하는 것으로 조사되었다.

설문지를 통해 패스트푸드 인지도 조사에서는 대도시(서울지역) 학생들이 중소도시(경기지역) 학생보다 패스트푸드에 대해서 정확하게 인지하고 있는 것으로 나타났고 여자가 남자보다 패스트푸드에 대한 인지도가 높게 나타났다.

패스트푸드 인지도에 따른 패스트푸드 선호도는 남학생의 경우 인지도가 높을수록 선호도와 섭취도가 낮은 반면 여학생은 인지도가 높아도 선호도 및 섭취빈도가 높게 나타나 인지도가 섭취빈도에 영향을 미치지 못하는 것으로 나타났다.

또한 학생의 용돈이 많을수록 패스트푸드의 섭취빈도가 높았고 식사담당자가 누구인가에 따라 패스트푸드 이용 빈도가 현저하게 다를 수 있었다.

BMI백분위수에 따른 패스트푸드 섭취빈도를 조사한 결과 저체중군의 경우 각 식품군마다 식품섭취가 높은 반면 정상군과 과체중군이 낮게 나타났다.

이러한 연구 결과를 바탕으로 다음과 같이 결론을 내릴 수 있다.

청소년들의 50% 정도가 패스트푸드를 선호하며, 저체중군의 패스트푸드 섭취율이 과체중이나 비만군보다 높았고 여학생들이 남학생들에 비해 패스트푸드에 대한 인지도는 높았지만 패스트푸드 구매에는

영향을 미치지 못하였다. 또한 식품의 선택, 조리방법 및 섭취빈도까지를 결정하는 식사담당자는 대부분 어머니로 조사되었다.

본 연구의 결과에 비추어 앞서 기술한 내용과 같이 청소년들에 대한 체계적이고 바람직한 영양교육이 학교와 가정에서 지속적이며 계획적으로 실시될 수 있도록 하는 방안이 강구되어야 하리라 사료된다.

참고 문헌

- 곽준식(1997). 고교생의 자아개념과 고민에 관한 연구. 고려대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김기영, 엄진철, 조우재(2003). 외식산업관리론. 서울: 현학사.
- 김성옥, 김옥재, 박동철(2004). 외식사업의 창업과 프랜차이저. 서울: 도서출판 효일.
- 김은경(2003). 초등학교 고학년 학생의 식습관 및 기호도에 관한 조사 연구. 경희대학교 관광대학원 석사학위논문.
- 모수미(1986). 외식산업의 발달이 국민영양 및 식생활에 미치는 영향, 한국영양학회지, 13(1), 16-32.
- 모수미, 최혜미, 구재옥(1988). 지역사회영양학. 방송통신대학출판부.
- 박선성(2007). 서울지역 중학생들의 가공식품에 대한 선호도와 식품·영양표시에 대한 인식도. 경희대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박선주(2000). 여고생의 영양지식, 식행동, 체중 조절간의 상관관계에 관한 연구. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 박철, 전재균(2001). 패스트푸드 소비자들의 이용실태와 만족도에 관한 연구. 외식경영연구. 4(2). 73-90.
- 백수경(1990). 충북 벽촌지역 초등학교 아동의 영양실태조사. 서울대학교 가정대학원 석사학위논문.
- 서영선(1992). 청소년의 패스트푸드 식습관과 인성에 관한 연구. 성신여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 성유경(2005). 패스트푸드 이용고객의 위험감소행동에 따른 위험지각이 구매의도에 미치는 영향, 세종대학교 대학원 석사학

위 논문.

- 손민지(2007). 중·고등학생의 식품영양표시 이용실태 및 관련 식생활 요인연구. 경희대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 송숙미(2006). 부산지역 중고등학생의 패스트푸드 이용실태와 식생활 태도, 영양 지식 및 비만과의 관련성에 대한 연구 고신대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 신재영, 박기용(1999). 외식산업개론. 서울:대왕사.
- 심경희(1992). 청소년의 패스트푸드에 대한 의식구조 및 영양섭취 상태에 관한 조사, 충남대학교 대학원 석사학위논문.
- 양위주, 박희정(2000). 패스트푸드점 선택속성과 이용행태 간의 관계에 관한 연구. 관광레저연구. 12(2). 107-122.
- 유선정(2007). 청소년의 식생활 관여도와 식이태도 조사. 전남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이건순, 유영상(1997). 중·고등학생의 식생활 행동과 영양섭취 실태와의 관계연구. 지역사회영양학회지. 2(3): 294-304.
- 이경혜, 강현진, 허은실(2002). 경남일부 청소년의 인터넷 식생활 정보이용에 관한 연구. 한국영양학회지. 35(1): 115-123.
- 이창헌(2004). 패스트푸드산업의 전략적 메뉴관리에 관한 연구 석사학위논문. 동명정보대학교.정보대학원.
- 임광복(2001). 충남 일부 지역 중학생의 식사행동 및 편의식 이용 실태. 공주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 장순영, 황춘선 (1987). 여대생의 식습관에 관한 연구. 여성문제연구. 15 : 291-309
- 정상진, 김주현, 이정숙, 이다희, 김숙희, 유춘희(2004). 한국의 패스트푸드 및 탄산음료에 관한 영양정책 방안제시, 한국영양학

회지,37(5): 394.

정성민(2002). 부산지역 초등학생의 영양지식, 식태도 및 식행동에 관한 연구. 동아대학교 교육대학원 석사학위논문.

진양호, 홍기운, 김형준(2000). 패스트푸드점 선택을 위한 소비행태 분석 및 중요도에 관한 연구. 한국조리학회지. 6(3). 167-192.

최춘언(1995). 현대 산업사회와 식생활 문화, 한국식생활문화학회지 10(3): 218-221,

함정식(2000). 패스트푸드점 고객의 점포선택기준과 만족도에 관한 실증연구. 홍익대학교 석사학위논문.

문화일보, 2005. 5. 21일자.

보건복지부. 2005. 「국민건강·영양조사」.

월간식당, 2005년 5월호.

통계청. 2006년도. 「도시가계조사」.

한국외식정보(주), 외식소비조사, 2004.

Christine ZM, Cheryl LR, Elisa JS, Marian LN. (2001). Children's patterns of macronutrient intake and associations with restaurant and home eating. J Am Diet Assoc 101(8): 923-925.

Gutfeld G, Rao L. 1993. Move your moods. Prevention 45(1) : 8-9

Lee, K. Y. Ju, J. and Rhee, B. O.(2001). A study of the relation between food habits, anthropometric and clinical data in a health promoting elementary school in Changwon. Journal of the Korean Dietetic Association, 7(4): 331~348.

부록-설문지

청소년의 식생활 실태 및 패스트푸드에 대한 인식 조사

※ 다음의 각 문항에 대해서 빠짐없이 해당란에 V표를 하거나 기입해주세요.

1. 학생의 성별은? ① 남 ② 여
2. 학생의 학년은? ① 중학교 3학년 ② 고등학교 1학년 ③ 고등학교 2학년
3. 학생의 키와 몸무게는? ① 키 _____cm ② 몸무게_____kg
4. 학생의 거주지역은? 서울 또는 경기 지역
5. 학생의 평균 한달 용돈은?
① 3만원 이하 ② 3-5만원 ③ 5-7만원 ④ 7-10만원 ⑤ 10만원 이상
6. 아버지의 직업은?
① 농·축산업 ② 생산·근로직 ③ 자영업·판매직 ④ 공무원 ⑤ 회사원
⑥ 기타
7. 아버지의 최종학력은?
① 중졸이하 ② 고졸 ③ 대졸이상 ④ 기타_____
8. 어머니의 직업은?

- ① 농·축산업 ② 생산·근로직 ③ 자영업·판매직 ④ 공무원 ⑤ 회사원
⑥ 주부

9. 어머니의 최종학력은?

- ① 중졸이하 ② 고졸 ③ 대졸이상 ④ 기타_____

10. 가족의 수입은 월평균 어느 정도인가?(단위: 만원)

- ① 100만원 이하 ② 100-150만원 미만 ③ 150-200만원 미만
④ 200-250만원 미만 ⑤ 250-300만원 미만 ⑥ 300만원 이상

11. 귀하 가족의 식구는 모두 몇 명인가? _____ 명

12. 현재 거주하고 있는 곳은?

- ① 부모님과 함께 집에 ② 하숙집에 혼자 ③ 친척집에
④ 자취집에 혼자 ⑤ 부모님 없이 가족과 ⑥ 기타

※ 다음 질문은 본인의 식생활 습관에 대한 질문입니다.

13. 식사는 꼭 하는가? 해당란에 V표 해주세요.

구분	꼭먹는다 (100%)	주로 먹는 편 (75%내외)	반 반씩 (50%)	안먹는편 (25%)	거의 안 먹는다 (0%내외)
아침					
점심					
저녁					

14. 식사를 거른다면 그 이유는?

- ① 시간없음 ② 귀찮아서(준비번거로움) ③ 체중줄이려고 ④ 좋아하는 반찬 없음 ⑤ 간식을 많이 먹어서 ⑥ 식욕이 없어서 ⑦ 기타

15. 주로 누구와 식사를 하는가?

- ① 온 가족이 함께 ② 혼자서 ③ 친구와 ④ 형제들과 ⑤ 기타_____

16. 우리집 식사는 누가 담당합니까?

- ① 어머니 ② 누나/여동생 ③ 본인 ④ 할머니 ⑤ 파출부 ⑥기타 _____

17. 하루에 평균 패스트푸드를 몇 번이나 먹는가?

- ① 거의 안 먹는편 ② 1회 ③ 2회 ④ 3회 ⑤ 4회 이상

18. 가장 많이 먹는 패스트푸드의 종류는 어떤 것인가?

- ① 청량음료류 ② 햄버거. 핫도그류 ③ 피자류 ④ 치킨류 ⑤ 도넛류 ⑥ 아이스크림.쉐이크류 ⑦ 감자 등 튀김류 ⑧ 면류 ⑨ 기타:_____

19. 치료한 충치를 포함하여 충치는 몇 개 있나?

- ① 5개 이상 ② 3-4개 ③ 1-2개 ④ 없다

20. 알레르기 체질입니까?

- ① 예 ② 아니오 ③ 모르겠다

20-1. 20번에서 “예”인 경우 어떤 알레르기입니까? _____

21. 본인의 건강상태는 어떠하다고 생각하는가?

- ① 아주 건강 ② 건강한편 ③ 보통 ④ 허약 ⑤ 아주 허약 ⑥ 잘 모르겠다.

※ 다음 질문은 패스트푸드 섭취와 인지정도에 관한 것입니다.

22. 패스트푸드를 좋아하는가?

- ① 매우 좋아한다 ② 좋아한다 ③ 보통이다 ④ 싫어한다 ⑤ 아주 싫어한다

23. 집에서 패스트푸드류를 얼마나 자주 먹나?

- ① 거의 매일 ② 1주일에 3-4회 ③ 1주일에 1-2회 ④ 거의 먹지 않는다

24. 밖에서 외식을 통해 패스트푸드를 얼마나 자주 먹나?

- ① 거의 매일 ② 1주일에 3-4회 ③ 1주일에 1-2회 ④ 거의 먹지 않는다

25. 패스트푸드를 사먹는 이유는?

- ① 값이 저렴해서 ② 맛이 좋아서 ③ 영양이 좋아서 ④ 습관이 되어서 ⑤ 기타

26. 패스트푸드를 선택하는 기준은?

- ① TV 광고에 나온 제품 ② 즉흥적으로 ③ 친구가 사는 것으로 ④ 늘 먹던 것으로 ⑤ 믿을 수 있는 제품으로 ⑥ 매일매일 바꾸어서 ⑦ 기타

27. 패스트푸드 구입시 트랜스지방 및 칼로리를 확인하는가?

- ① 트랜스지방 및 칼로리를 꼭 확인한다. ② 트랜스지방만 확인한다
③ 칼로리만 확인한다 ④ 확인하지 않는다.

※ 패스트푸드에 대한 본본인의 솔직한 의견을 보기를 참조하여 표시해 주세요.

보기: 매우 그렇다 -> 5. 그렇다->4, 중간 ->3,
아니다->2, 전혀 아니다-> 1

- a. 패스트푸드를 많이 먹으면 건강에 해롭다고 생각한다 ()
b. 집에서 만든 음식보다 패스트푸드의 영양가가 더 우수하다 ()
c. 패스트푸드에는 암을 발생할 수 있는 물질이 들어있다 ()
d. 패스트푸드의 포장지나 용기에는 환경호르몬이 들어있다 ()
e. 한식 아침식사보다 우유에 시리얼을 먹는게 영양가가 더 우수하다 ()
f. 패스트푸드를 먹는 것이 소금을 많이 섭취하게 되는 원인이다 ()
g. 패스트푸드를 먹는 것이 설탕을 많이 섭취하게 되는 원인이다 ()
h. 패스트푸드는 세균, 독소로부터 안전하다 ()
i. 광고를 많이 하는 패스트푸드가 안전한 패스트푸드이다 ()

※ 다음은 일주일중 섭취하는 빈도에 대한 질문입니다. 본인에게 해당하는 곳에 보기를 참조하여 표시해주시기 바랍니다.

보기: 전혀 안 먹음->1, 일주일 1-2번->2, 일주일 2-3번 -> 3,
일주일 4-5번 -> 3, 매일 먹는다 -> 4

라면 () 햄버거 () 핫도그 ()
샌드위치 () 스파게티 () 피자 ()

도넛 ()	감자튀김 ()	아이스크림 ()
치킨 ()	어묵.소시지 ()	청량음료 ()
돈까스류 ()	기타 ()	

* 설문에 응해 주셔서 대단히 감사합니다 *

ABSTRACT

A Study of Juveniles' Dietary Life Pattern & Their Recognition of Fastfood

Lee Ji Young

Major in Home Economics Education

Graduate School of Education

Sungshin Women's University

In juveniles' period, an education for eating right of fast food is very necessary, but those previous studies on fast foods have been carried out survey of eating habits centered mostly reckoning a little of preference for them by food group, eating rate.

Accordingly, the male/female students of some middle/high school in Seoul and Gyeonggi ares were selected as the subject of this study in grasping the kinds of fast food they usually take, and in analyzing on their recognition & choice factors to satisfy the significance of this study with the way to offer a basic data needed for nutrition education for juveniles for the promotion of their health.

This study has been conducted for total 1,000 male/female students from 3rd in the middle school to 2nd in the high school in Seoul & Gyeonggi Province based on the questionnaire made out referring to previous studies to survey middle/high school students' preference and eating state on the fast foods. Total

1,000 copies were distributed, 460 for Gyeonggi area, 540 for Seoul area and 962 out of the total amount were used as the final analysis data.

The results of this study are as follows.

First, as the obesity assessment result by BMI percentile, male and female showed 12.0%, 24.6%, the value of which are underweight, and in overweight & obese, male and female showed 21.5%, 7.6%, the obesity rate of male student was significantly higher. Meanwhile male students were more confidence than female students in their health, and the survey of their recognition on their health varied according to whether or not of breakfast intake. In the survey of fast foods preference, male and female students answered that they like them very much(60.2%), they like them(52.9%)

Second, The survey of recognition of fast foods through the questionnaire revealed that the students in Seoul know fast foods much precisely than that in Gyeonggi area, and female know them much better than male students.

In the proportion of fast foods recognition to preference, the higher the recognition was, the lower the preference and intake rate for male students while female showed high level of preference & intake frequency irrespective of their recognition of them.

Third, those students showed the pattern that the more pocket money they had, the more frequently they had the fast foods, and the intake frequency was considerably different according to

the person who was in charge of their meal. And the survey of fast food intake frequency to the BMI percentile, the underweight group showed high level in taking every food group while normal and overweight groups showed low level.

It seems the study results above ended up such conclusion as follows.

Roughly 50 % of juveniles prefer fastfoods, the underweight group was higher than overweight and obese groups in fastfood intake rate, and although female students was higher than male student in fastfood recognition, that doesn't influence on their fastfood intake. Besides, in most cases, their mothers are the person who pick up the food, decide cooking ways & intake frequency as the person in charge of meal.

Through the results of this study, a plan for continual and intentional practice of systematic and desirable nutrition education as mentioned above should be looked into for the juveniles.