

P-3 평택시 초등학생의 패스트푸드에 대한 인식과 이용

Awareness and Use of Fast Food on Elementary School
4th, 5th and 6th Grade Students in Pyeongtaek City

김경현¹, 정은희², 이승교*

¹평택초등학교, ²서원대학교, *수원대학교

Kyeong-Hyun Kim¹, Eun-Hee Jung², Seung-Gyo Rhie*

¹Pyeongtaek Elementary School, ²Seowon University, *The Univ. of Suwon

최근 아동들 사이에서 칼로리가 높고 간단하게 먹을 수 있는 인스턴트식품이나 패스트푸드 등의 섭취가 증가하는 경향과 함께 비만 등 영양적인 문제점이 크게 부각되고 있다. 특히 아동기는 식습관 형성에 중요한 시기이므로 올바른 식품선택은 무엇보다 중요하다고 볼 수 있다. 본 연구는 초등학교 학생들의 올바른 식생활문화를 형성하기 위한 자료로 활용하고자 평택 초등학교 2개교의 4, 5, 6학년 300명을 대상으로 패스트푸드 섭취실태를 조사하였다. 평균연령은 11.7세, 키는 141.5cm, 몸무게는 36.7kg이었다. 아침 식습관태도 조사에서는 일주일에 5번 이상 아침식사를 한다(여학생 78.1%, 남학생 74.3%)는 답이 가장 많았다. 아침결식 이유는 밥맛이 없기 때문(여 58.2%, 남 54.4%)이 가장 높은 비율이었고, 편식은 여학생의 54.2%, 남학생의 48.9%가 하지 않는다고 하였으나, 편식하는 식품은 나물이나 샐러드 등의 채소류(여 51.1%, 남 61.4%)가 많았다. 간식섭취는 가끔 섭취한다는 답이 여학생 59.8%, 남학생 60.0%로 높은 비율을 나타냈다. 간식은 부모님이 사주신다(여 32.6%, 남 39.1%)고 하였으며, 여학생은 50.5%가 가족과 함께 먹고 남학생의 경우에는 44.8%가 혼자 먹는다는 결과를 보였다. 간식으로 과일섭취가 이루어지고 있는지 조사한 결과는 여학생의 33.0%가 2-3일에 2회 이상 섭취한다고 했지만, 남학생은 29.5%가 매일 먹는다고 답을 하여 과일섭취는 모두 많이 하고 있음을 알 수 있었다. 패스트푸드의 이용동기는 맛이 좋아서(남 60.8% 여 55.2%), 다음은 이용이 편리하기 때문이며(남 32.4% 여 40.6%), 주로 이용하는 곳은 분식 및 편의점이었다. 패스트푸드 이용횟수는 월1-2회(남 52.4%, 여 51.6%)가 가장 많았으며, 다음이 주1회 정도(남 21.9%, 여 32.0%) 이용한다고 하였다. 이용시간은 방과 후 저녁시간을 가장 많이 이용하며(남 47.6%, 여 50.5%), 남·녀 모두 사서 집에서 먹거나(남 44.7%, 여 41.2%), 배달시켜 집에서 먹는다(남 39.8%, 여 37.1%)고 하였다. 가장 좋아하는 패스트푸드는 라면 등의 분식으로 여학생의 40.2%, 남학생의 26.2%가 해당되었고, 그 다음 순서로 남학생은 피자(22.3%)와 치킨(22.3%) 및 햄버거(18.5%), 여학생은 치킨(25.8%)과 도너츠(12.4%)를 더 선호하였다. 패스트푸드 만족도를 3점 척도로 조사한 결과, 맛이 가장 높은 점수(2.42)였으며, 가격(1.98), 위생(1.92) 서비스(2.15)는 보통으로 평가했다. 본 연구 결과, 조사 대상자들의 패스트푸드 섭취는 가끔 먹는 간식과 같은 형태로 당장 우려할 정도는 아니지만, 선행연구에서 보고된 바와 같이 10대와 20대에 특히 섭취율이 증가함을 감안할 때, 중학생이 되기 전 단계에서 우리음식의 우수성과 패스트푸드 섭취지양에 대한 교육이 필요하다고 본다.