

서울지역 대학생의 외식실태 및 기호도 조사연구(II)

A Study on the State of Eating out and Food Preference of College Students in Seoul (II)

동국대학교 대학원 가정학과
대학원생 노 정 미
동국대학교 사범대학 가정교육과
교 수 유 영 상

Dept. of Home Economics, Graduate School, Dongkuk Univ.
Graduate School Student; **Jeang Mi Roh**
Dept. of Home Economics Education, Dongkuk Univ.
Prof.; **Young Sang Yoo**

< 목 차 >

- | | |
|--------------|-------------|
| I. 서 론 | IV. 요약 및 결론 |
| II. 연구방법 | 참고문헌 |
| III. 결과 및 고찰 | |

< Abstract >

The purpose of this study was to investigate the state of eating out and the food preference of college students in Seoul. This survey was carried out through questionnaires, and the subjects were 158 male and 159 female students.

The results obtained were summarized as follows;

- 1) Students who took late evening meal at home after eating out were 35.7% and most of the reasons were to custom.
- 2) During eating out, 30% of students had drinking. Male students had Soju (45.6%), and female had Beer (56.0%).
- 3) The most cases in date time, eating out cost were 5,000 w. They were fond of Western Restaurant and the favorite food were Donggas.
- 4) Frequency of eating out with family had more than once a month (35%), because of a memorial day and event day, and the most favorite food was Sogalbigui.
- 5) Male and female students's choice in food at restaurant type were very different.

I. 서 론

현재 우리나라는 급격한 산업의 신장에 따라 식생활도 많은 영향을 받아 일상식의 국제화 및 외식화 등의 현상을 볼 수 있으며, 특히 외식산업의 번창과 외식화를 들 수 있다.

오늘날 국민소득의 증대와 사회변화에 따라 여성의 사회참여 증가, 현대인의 레저의식 고조 등에 의해 외식은 영양 보완이외에도 다른 여러가지 동기와 목적을 지니게 되어 식생활에서 큰 비중을 차지하게 되었다¹⁾.

사람들의 음식기호상태는 연령, 성별, 생리상태(임신기, 질병 중), 종교, 여러가지의 식습관이나 음식경험, 음식에 대한 금식 등에 따라 서로 달라질 수 있으며, 그들이 태어난 지역이나 부모의 영향 등, 사회적인 영향과 경제적인, 문화적인 영향도 많이 받고 있다²⁻⁶⁾.

특히, 대학생들의 식습관은 과거 식습관을 반영할 뿐 아니라, 그 다음 단계인 성인기의 식습관으로 이

어지게 되며^{7,8)}, 식품에 대한 기호는 식품의 섭취, 즉 영양섭취와 직결되는 것으로서 영양문제에 증대한 영향을 미친다⁹⁾. 그러므로 낮은 외식비 지출과 영향을 고려하지 않는 음식선정으로 청년기 영양상태에 매우 영향을 준다고 볼 수 있다.

그간 부분적으로 대학생의 영양섭취^{10,11)}, 실태조사와 식습관조사¹²⁻¹⁵⁾, 기호조사^{7,16)}가 이루어져 왔으나, 대학생의 외식실태에 관한 조사는 거의 없었다. 이에 본 연구는 前報¹⁷⁾에 이어서 대학생들의 외식 형태에 따라 선택하는 음식점종류와 음식선택을 통하여 그들의 기호를 조사함으로써 대학생들의 영양교육에 도움이 될 수 있는 참고자료를 얻고자 하였다.

II. 연구 방법

1. 조사대상 및 시기

동국대학교내 각 단과대학의 학과 중에서 남녀분포가 비슷한 7개 학과를 선정하여, 1개 학과에서 남녀별, 학년별, 각 7~8명씩을 추출하여(남: 200, 여: 200) 설문지 방법에 의해 1988년 5월 15일부터 30일까지 조사하였다.

2. 조사방법 및 내용

대학생의 외식실태에 관한 조사를 얻기 위하여 1987년 12월에 예비조사를 실시하여 수정 보완한 설문지의 내용은 다음과 같다.

1) 조사대상자의 일반특성

성별, 연령, 학년, 거주상태, 외식시 음주 여부와 술의 종류, 외식후 집에서 다시 식사하는지 여부와 그 이유.

2) 외식형태에 따른 상황

(1) 데이트할 때 외식상황

외식비용, 자주 이용하는 음식점의 종류 및 잘 먹는 음식.

(2) 가족과 함께 외식할 때 상황

외식횟수 및 외식이유, 자주 이용하는 음식점의 종류 및 잘 먹는 음식.

(3) 음식점별 음식선택에 따른 기호

한식, 중식, 양식, 빵집 등.

<표 1> 조사대상자의 일반적 특징

성별 특징	변 인	남(%)	여(%)	합계(%)
학 년	1 학년	40(25.3)	41(25.8)	81(25.6)
	2 학년	40(25.3)	40(25.3)	80(25.2)
	3 학년	39(24.2)	40(25.3)	79(24.9)
	4 학년	39(24.2)	38(23.6)	77(24.3)
	합 계	158(100.0)	159(100.0)	317(100.0)
연 령	17~18세	6 (3.8)	26(16.4)	32(10.1)
	19~20세	61(38.6)	79(49.7)	140(44.2)
	21~22세	34(21.5)	46(28.9)	80(25.2)
	23~29세	57(36.1)	8 (5.0)	65(20.5)
	합 계	158(100.0)	159(100.0)	317(100.0)
거 주 상 태	자 택	106(67.1)	130(81.8)	236(74.4)
	친척집	24(15.2)	12 (7.5)	36(11.4)
	하 숙	11 (7.0)	3 (1.0)	14 (4.4)
	자 취	13 (8.2)	12 (7.5)	25 (7.9)
	기숙사	1 (0.3)	1 (0.3)	2 (0.6)
	기 타	3 (1.0)	0	3 (0.9)
	합 계	158(100.0)	159(100.0)	317(100.0)

3. 조사자료의 처리

회수된 응답지 중 불완전한 응답을 제외한 317명의 응답지를 통계 처리하였다. 자료 처리방법은 백분율 및 χ^2 검증을 통해 남녀 group간의 차이를 보았으며, 모든 통계처리는 SPSS Package Program을 이용하였다.

III. 결과 및 고찰

1. 조사대상자의 일반적 상황

조사대상자들의 성별·연령·학년·거주상태는 <표 1>과 같다. 대상자의 연령은 남녀 모두 19~20세가 전체의 44.2%로 가장 많았고, 다음이 21~22세로 25.2%로 많았다.

거주상태는 자택이 74.4%로 남녀 모두 가장 많았고, 그 다음으로 남학생은 친척집 15.2%, 여학생은 자취와 친척집이 각각 7.5%의 순이었다.

1) 외식후 집에서 다시 식사하는지 여부 및 그 이유

조사대상자에게 외식한 후 집에 가서 다시 식사하는지 알아 본 결과는 <표 2>와 같다.

대상자의 35.7%가 다시 식사를 한다고 응답했으며, 이 중에서 남학생은 45.7%, 여학생은 23.9%였다.

<표 2> 남녀별 외식후 집에서 다시 식사하는 경우와 그 이유

식사유무	성별	남(%)	여(%)	합계(%)
한 다	남	75(47.5)	38(23.9)	113(35.7)
	여	83(52.5)	121(76.1)	204(64.3)
합계(%)		158(100.0)	159(100.0)	317(100.0)

(p<.001)

이유	성별	남(%)	여(%)	합계(%)
양이 차지 않아서	남	26(34.7)	6(15.8)	32(28.3)
	여	31(41.3)	17(44.8)	48(42.5)
부모님이 권해서	남	14(18.7)	14(36.8)	28(24.8)
	여	4(5.3)	1(2.6)	5(4.4)
영양상 부족할 것 같아서				
합계(%)		75(100.0)	38(100.0)	113(100.0)

다시 식사하는 이유로 남학생의 경우 '습관상 한다' 41.3%, '양이 차지 않아서' 34.7%였으며, 여학생은 '습관상 한다' 44.8%, '부모님이 권해서' 36.8%였다.

이상의 이유들로 보아 대학생들이 외식 후 다시 식사를 하는 것은 위장 및 소화기관에 부담을 주어 소화기관 질병의 원인이 될 수 있으므로 이런 습관은 개선해야 할 것으로 사료된다.

2) 외식시 음주 여부와 마시는 술의 종류

외식시 음주의 정도를 조사한 결과와 술의 종류는 <표 3>과 같다.

대상자의 69.4%가 외식시 술을 거의 마시지 않는다고 응답을 했으나, 많이 마신다고 응답한 학생은 남학생 17.7%, 여학생 3.2%로 남학생이 유의적으로 많았다(p<0.005).

대학생의 음주관계를 손⁹⁾과 장¹⁰⁾의 보고에서 보면, 대학생은 고등학교와 달리 음주를 자유로이 접하게 되어 이제까지와 다른 식습관의 새로운 변인으로 작용되어 이로 인한 불균형적인 식품섭취와 불규칙적인 식사태도를 유도하게 되는 경우가 많아지고 있다고 지적했다.

본 연구에서 학년별 음주 관계를 알아 본 결과 유

<표 3> 남녀별 외식시 음주여부와 술의 종류

음주 여부	성별	남(%)	여(%)	합계(%)
많이 마신다	남	28(17.7)	5(3.2)	33(10.4)
	여	45(28.5)	19(11.9)	64(20.2)
식사중에 조금 마신다	남	85(53.8)	135(84.9)	220(69.4)
	여			
합계(%)		158(100.0)	159(100.0)	317(100.0)

(p<.005)

술의 종류	성별	남(%)	여(%)	합계(%)
막걸리	남	10(6.7)	4(3.4)	14(5.3)
	여	55(36.7)	89(76.1)	144(53.9)
맥주	남	72(48.0)	9(7.7)	81(30.3)
	여	6(4.0)	10(8.5)	16(6.0)
양주 (카테일 포함)	남	7(4.6)	5(4.3)	12(4.5)
	여			
합계(%)		150(100.0)	117(100.0)	267(100.0)

(p<.005)

의적인 차이는 없었으나 학년이 높을수록 음주학생 숫자가 증가함을 볼 수 있었다.

마시는 술의 종류에 있어서는 남학생의 경우 소주 48.0%, 맥주 36.7%였고, 여학생은 맥주 76.1%, 양주 8.5%였다.

이 결과들은 남녀가 술을 선택하는 데 매우 유의적인 차이가 있음을 나타냈으며($p < 0.005$), 특히 남학생의 경우 알콜 농도가 높고 가격이 싼 술을, 여학생은 알콜 농도가 낮은 술을 마시는 것을 알 수가 있다.

2. 외식 형태에 따른 상황

1) 테이트할 때 외식 상황

(1) 테이트시 식사 비용

남녀 대학생들이 테이트할 때 식사비용(2인)은 조사대상자의 25.9%가 5천원을 사용한다고 응답했으며, 그 다음이 3천원, 4천원, 만원 이상 순이었다<표 4>.

이 사실을 前報¹⁷⁾의 1인 외식 비용 500~1,500원과 비교하면 테이트시 외식 비용이 매우 높음을 알 수가 있다.

(2) 테이트시 자주 이용하는 음식점 및 잘 먹는 음식명

테이트시 자주 이용하는 음식점의 종류는 양식집 50.8%로 제일 많았고, 그 다음이 분식집 23.7%, 한식집 12.9%의 순이었다. 여기서 특이한 점은 일식집을 거의 이용하지 않음을 알 수가 있었다.

테이트시 잘 먹는 음식은 돈까스 20.2%, 정식(양식) 19.9%, 라면 7.6%, 비빔밥 6.6% 순이었다.

<표 4> 테이트시 외식비용(2인)

금 액	빈도(%)
3,000원 이하	43(13.6)
3,000원	51(16.1)
4,000원	46(14.5)
5,000원	82(25.9)
6,000원	14(4.4)
7,000원	9(2.8)
8,000원	6(1.9)
9,000원	1(0.3)
10,000원 이상	39(12.3)
안해서 모르겠음	26(8.2)
합 계(%)	317(100.0)

여기서 돈까스를 잘 먹는 음식으로 많이 응답한 것은 이용 음식점 종류가 양식집으로 제일 많고, 또한 前報¹⁷⁾에서 남녀 대학생들이 가장 좋아하는 음식이 돈까스였던 결과와 관계가 있는 것으로 사료된다.

2) 가족과 함께 외식할 때 상황

(1) 가족외식 횟수 및 외식 이유

대학생을 통해 가족외식 형태를 알아본 결과는 <표

<표 5> 데이트시 자주 가는 음식점 종류

종류	한식	중식	일식	양식	분식	기타	합계(%)
빈도(%)	41(12.9)	8(2.5)	1(0.3)	161(50.8)	75(23.7)	31(9.8)	317(100.0)

<표 6> 데이트시 잘 먹는 음식

음 식 명	빈도(%)
돈까스	64(20.2)
정식(양식)	63(19.9)
나 면	24(7.6)
비빔밥	21(6.6)
냉 면	13(4.1)
수제비 및 칼국수	8(2.5)
함박스테이크	8(2.5)
쪄개백반	7(2.2)
비프까스	6(1.9)
김치찌개	5(1.6)
육계장	4(1.3)
짜장면	4(1.3)
순두부백반	3(0.9)
우 동	3(0.9)
짬 빵	3(0.9)
비프스테이크	3(0.9)
김 밥	3(0.9)
쫄 면	3(0.9)
만 두	3(0.9)
청량음료	3(0.9)
된장찌개	2(0.6)
탕수육	2(0.6)
피 자	2(0.6)
떡볶이	2(0.6)
커피 및 차류	2(0.6)
갈비탕	2(0.6)
설렁탕 및 곰탕	2(0.6)
기 타	13(4.1)
합 계(%)	317(100.0)

7)과 같다. 가족끼리 외식하는 횟수는 '1달에 1번' 21.1%, '1년에 1번' 11.0%였다. 여기서 보면 평균 1달에 1번 외식이 35%가 넘었으며, 반대로 가족끼리 외식은 하지않는다고 응답한 사람이 25.6%이었다.

가족외식의 이유로 '집안의 기념일 및 행사' 43.7%, '가족끼리 친목도모' 24.1%, '특별한 음식을 먹기위해' 16.3%였다. 이외의 이유로 흥미있는 사실은 식사담당자가 식사준비를 하기 싫어 외식하는 경우가 3.7%나 되었다.

이상의 결과들로 보아 이제까지 있었던 과거의 영양보충을 위한 외식과는 달리 오늘날의 가족외식은 보다 많은 역할과 기능을 갖게 되었으며, 새로운 경향을 나타나게 되었다고 사료된다.

(2) 가족외식시 이용 음식점 및 잘 먹는 음식명

가족외식시 자주 이용하는 음식점은 한식 60.9%로 가장 많았고, 그 다음이 중식 10.4%, 양식 10.4%였다<표 8>.

잘 먹는 음식은 소갈비구이 20.5%, 불고기 14.5%, 냉면·짜장면·생선회가 각각 3.5%였다<표 9>. 이 사실은 성별, 연령에 관계없이 일반적으로 좋아하는 음식에 관한 한¹⁹⁾의 결과와 유사했으며, 본

연구의 이런 결과들은 가족 구성원의 연령 및 여러 특성들이 가족 외식시 음식선택에 복합적으로 작용될

<표 8> 가족외식시 이용 음식점 종류

종 류	빈도(%)
한 식	193(60.9)
중 국	33(10.4)
일 식	10(3.2)
양 식	33(10.4)
기 타	3(0.9)
없 다	45(14.2)

<표 9> 가족외식시 잘 먹는 음식명

음 식 명	빈도(%)
소갈비구이	65(20.5)
불고기	46(14.5)
냉 면	11(3.5)
짜장면	11(3.5)
생선회	11(3.5)
돈가스	9(2.8)
갈비탕	7(2.2)
정 식	7(2.2)
김치찌개	6(1.6)
함박스테이크	5(1.6)
비프스테이크	5(1.6)
육계장	4(1.3)
설렁탕 및 곰탕	4(1.3)
돼지갈비구이	4(1.3)
탕수육	2(0.6)
난자완스	4(1.3)
양식부페	4(1.3)
라 면	4(1.3)
순두부백반	3(0.9)
비빔밥	3(0.9)
삼겹살	3(0.9)
팜 빵	3(0.9)
보신탕	2(0.6)
주물럭 및 로스구이	2(0.6)
된장찌개	2(0.6)
우 동	2(0.6)
비프까스	2(0.6)
생선까스	2(0.6)
새우요리	2(0.6)
기 타	14(4.2)
합 계(%)	317(100.0)

<표 7> 가족과 외식 횟수 및 이유

외식횟수	빈도(%)
1주일에 1번	19(6.0)
2주일에 1번	29(8.2)
1달에 1번	67(21.1)
2달에 1번	25(7.9)
3달에 1번	38(12.0)
1년에 1번	35(11.0)
기 타	26(8.1)
없 다	81(25.6)
합 계(%)	317(100.0)

외식 이유	빈도(%)
집안의 기념일 및 행사	118(43.7)
가족끼리 친목도모	65(24.1)
특별한 음식을 먹기위해서	44(16.3)
손님대접	5(1.9)
식사 담당자가 식사준비를 하기싫어서	10(3.7)
기타	28(10.3)
합 계(%)	270(100.0)

것으로 사료된다.

3) 음식점별 음식선택에 따른 기호

대학생들이 외식할 때 이용하는 음식점 종류에 따라 남녀 대학생의 음식기호를 조사한 결과는 <표 10>과 같다.

한식집을 이용할 때 남학생은 비빔밥 20.9%, 설렁탕 12.7%, 김치찌개 9.5%순으로 많이 선택하였고, 여학생은 비빔밥 22.0%, 순두부 백반 17.0%, 냉면

<표 10> 남녀별 이용식당에 따라 잘 먹는 음식

한 식			
음 식 명	남(%)	여(%)	합계(%)
비빔밥	33(20.9)	35(22.0)	68(21.5)
순두부백반	10(6.3)	27(17.0)	37(11.7)
김치찌개	15(9.5)	12(7.5)	27(8.5)
냉 면	4(2.5)	22(13.8)	26(8.2)
불고기	13(8.2)	12(7.5)	25(7.9)
설렁탕	20(12.7)	3(1.9)	27(7.3)
갈비탕	11(7.0)	8(5.0)	19(6.0)
백반류	14(8.9)	4(2.5)	18(5.7)
육계장	11(7.0)	3(1.9)	14(4.4)
소갈비구이	3(1.9)	7(4.4)	10(3.2)
잡탕찌개	4(2.5)	1(0.6)	5(1.6)
해장국	0	4(2.5)	4(1.3)
도가니탕	4(2.5)	0	4(1.3)
삼겹살	2(1.3)	1(0.6)	3(0.9)
기 타	6(3.8)	10(7.5)	16(5.0)
없 다	7(4.4)	12(7.5)	19(6.0)
합계(%)	158(100.0)	159(100.0)	317(100.0)

(p < .005)

중 식			
음 식 명	남(%)	여(%)	합계(%)
짜장면	96(60.8)	99(62.3)	195(61.5)
팜 붕	24(15.2)	35(22.0)	59(18.5)
볶음밥	13(8.2)	8(5.0)	21(6.6)
우 동	7(4.4)	10(6.3)	17(5.4)
간짜장	9(5.7)	2(1.3)	11(3.5)
탕수육	2(1.3)	0	2(0.6)
군만두	2(1.3)	0	2(0.6)
기 타	2(1.3)	2(1.3)	4(1.3)
없 다	3(1.9)	2(2.3)	5(1.6)
합계(%)	158(100.0)	159(100.0)	317(100.0)

(N.S)

한 식			
음 식 명	남(%)	여(%)	합계(%)
돈가스	86(54.4)	74(46.5)	160(50.5)
정 식	30(19.0)	55(34.6)	85(26.8)
함박스테이크	6(3.8)	10(6.3)	16(5.0)
비프스테이크	8(5.1)	1(0.6)	9(2.8)
비프가스	6(3.8)	2(1.3)	8(2.5)
생선가스	2(1.3)	4(2.5)	6(1.9)
하이라이스	0	4(2.5)	4(1.3)
오므라이스	3(1.9)	1(0.6)	4(1.3)
카레라이스	2(1.3)	1(0.6)	3(0.9)
스파게티	1(0.6)	1(0.6)	2(0.6)
피 자	1(0.6)	1(0.6)	2(0.6)
햄버거	2(1.3)	0	2(0.6)
기 타	3(1.9)	0	3(0.9)
없 다	8(5.1)	5(3.1)	13(4.1)
합계(%)	158(100.0)	159(100.0)	317(100.0)

(p < .05)

분 식			
음 식 명	남(%)	여(%)	합계(%)
라면류	107(67.7)	76(47.8)	183(57.7)
냉 면	11(7.0)	15(9.4)	26(8.2)
김 밥	3(1.9)	16(10.1)	19(6.0)
수제비 및 칼국수	9(5.7)	10(6.3)	19(6.0)
떡볶기	2(1.3)	12(7.5)	14(4.4)
쫄 면	1(0.6)	11(6.9)	12(3.8)
만 두	6(3.8)	1(0.6)	7(2.2)
냉 면	1(0.6)	6(3.8)	7(2.2)
우 동	6(3.8)	1(0.6)	7(2.2)
햄버거	3(1.9)	2(1.3)	5(1.6)
비빔국수	2(1.3)	2(1.3)	4(1.3)
모밀국수	0	2(1.3)	2(0.6)
만두국	1(0.6)	1(0.6)	2(0.6)
기 타	4(2.5)	4(2.5)	8(2.5)
없 다	2(1.3)	0	2(0.6)
합계(%)	158(100.0)	159(100.0)	317(100.0)

(p < .001)

일 식			
음 식 명	남(%)	여(%)	합계(%)
초밥류	36(22.8)	52(32.7)	88(27.8)
생선회	13(8.2)	8(5.0)	21(6.6)
회덮밥	12(7.6)	4(2.5)	16(5.0)
우 동	10(6.3)	5(3.1)	15(4.7)

새우튀김	0	4(2.5)	4(1.3)
복배운탕	1(0.6)	2(1.3)	3(0.9)
생선매운탕	0	3(1.9)	3(0.9)
기타	4(2.5)	2(1.3)	6(1.9)
없다	82(51.9)	79(49.7)	161(50.8)
합계(%)	158(100.0)	159(100.0)	317(100.0)

(p < .05)

음 식 명	집		합계(%)
	남(%)	여(%)	
식빵	23(14.6)	29(18.2)	52(16.4)
크림빵 및 버터빵	15(9.5)	15(9.4)	30(9.5)
고로케	8(5.1)	17(10.7)	25(7.9)
햄버거	10(6.3)	8(5.0)	18(5.7)
도너츠	8(5.1)	4(2.5)	12(3.8)
만두	7(4.4)	5(3.1)	12(3.8)
단팥죽	5(3.2)	6(3.8)	11(3.5)
우유 및 두유	8(5.1)	2(1.3)	10(3.2)
야채빵	2(1.3)	8(5.0)	10(3.2)
단팥빵	1(0.6)	9(5.7)	10(3.2)
곰보 및 소라빵	2(1.3)	6(3.8)	8(2.5)
파이 및 케익	1(0.6)	6(3.8)	7(2.2)
빙과류	1(0.6)	6(3.8)	7(2.2)
베스츄리	2(1.8)	4(2.5)	6(1.9)
편빵	4(2.5)	0	4(1.3)
사라다빵	1(0.6)	3(1.9)	4(1.3)
청량음료	2(1.3)	2(1.3)	4(1.3)
슈크림	2(1.3)	1(0.6)	3(0.9)
찰떡	1(0.6)	2(1.3)	3(0.9)
샌드위치	1(0.6)	2(1.3)	3(0.9)
피자	1(0.6)	1(1.3)	3(0.9)
없다	53(33.5)	23(14.5)	76(24.0)
합계(%)	158(100.0)	159(100.0)	317(100.0)

(p < .001)

13.8% 순으로 선택하는 것으로 나타나 매우 유의적인 차이를 보였다(p < 0.005). 여학생의 경우 비빔밥과 냉면을 많이 선택하는 것은 김¹⁶⁾의 보고와 같았으며, 남학생의 경우에는 정⁷⁾의 보고와 차이를 보였다.

중국집을 이용할 때 남학생은 짜장면 60.8%, 짬뽕 15.2%, 볶음밥 8.2%였고, 여학생은 짜장면 62.3%, 짬뽕 22.0%, 볶음밥 5.0% 순으로 남녀 모두 같은 음식을 선택하였다.

양식집을 이용할 때 남학생은 돈까스 54.4%, 정식 19.0%, 비프스테이크 5.1% 순으로 선택했으며, 여

학생은 돈까스 46.5%, 정식 34.6%, 햄버스테이크 6.3% 순으로 많이 선택했다.

분식집을 이용할 때 남학생은 라면류 67.7%, 냉면 7.0%, 수제비 및 칼국수 5.7%였으며, 여학생은 라면류 47.8%, 김밥 10.1%, 냉면 9.4% 순으로 선택했다.

일식집을 이용할 때 남학생의 경우 초밥류 22.8%, 생선회 8.2%, 회덮밥 7.6% 순으로 많이 선택하였고, 여학생은 초밥류 32.7%, 생선회 5.0%, 우동 3.1%를 선택했다. 그러나 조사대상자의 50.8%가 일식집을 잘 이용하지 않은 것으로 나타났는데, 이 결과는 손⁹⁾의 보고에서 연령별 음식점 선택에 있어서 20대는 일식집을 잘 이용하지 않는다는 사실과 일치했다.

빵집을 이용할 때 남학생은 식빵 14.6%, 크림빵 및 버터빵 9.5%, 햄버거 6.3%, 여학생은 식빵 18.2%, 고로케 10.7%, 크림빵 및 버터빵을 9.4%로 자주 선택했다.

이상의 결과들을 보면 외식형태가 달라짐에 따라 데이트시에는 주로 양식집을 많이 이용했고 돈까스, 정식등을 잘 먹었으며, 가족과 외식할 때는 한식집을 가장 많이 이용했고 소갈비구이, 불고기 같은 가격이 비싼 음식을 잘 먹는 것으로 나타났다.

이용하는 음식점별로 선택하는 음식기호를 보면 중국집 이용을 제외한 모든 음식점 이용에 따라 남녀 대학생들이 잘 먹는 음식기호가 매우 유의성있게 차이가 있음을 알 수 있었으며, 이 결과들은 다른이들^{7,9,16)}의 보고와 같이 남녀대학생들의 음식기호가 매우 다름을 알 수가 있었다.

IV. 요약 및 결론

1) 외식후 집에서 다시 식사하는 학생은 대상자의 35.7%였으며, 그 이유로는 남녀 모두 '습관성 한다'가 제일 많았다.

2) 외식시 음주정도는 대상자의 30% 이상이 마신다고 응답했으며, 마시는 술의 종류에는 남학생은 소주 45.6%, 여학생은 맥주 56.0%였다.

3) 데이트할 때 외식비용(2인)은 5천원이 가장 많았고, 음식점의 종류는 양식집이 50.8%로 가장 많았다. 그리고 잘 먹는 음식은 돈까스 20.2%, 정식

19.9%, 라면 7.6% 순이었다.

4) 가족외식 횟수는 1달에 1번 이상이 대상자의 35% 이상이었으며, 가족외식 이유로는 '집안의 기념일 및 행사'가 제일 많았다. 자주 이용하는 음식점 종류는 한식집이 60.9%였으며, 잘먹는 음식으로 소갈비구이가 20.5%였다.

5) 대학생들이 외식이 이용하는 음식점 종류에 따라 선택하는 음식기호는 한식집에 있어 남학생은 비빔밥, 설렁탕, 김치찌개 순으로 낮게 선택했고, 여학생은 비빔밥, 순두부 백반, 냉면 순으로 선택했다. 중국집 이용에 있어서는 남녀 모두 짜장면, 짬뽕, 볶은밥 순으로 같은 음식을 선택했다. 양식집 이용시 남학생은 돈가스, 정식, 비프스테이크를, 여학생은 돈가스, 정식, 햄버스테이크 순으로 낮게 선택했다. 그리고 일식집 이용시 남학생은 초밥류, 생선회, 회덮밥 순으로, 여학생은 초밥류, 생선회, 우동 순으로 낮게 선택했다. 분식집을 이용할 때 남학생은 라면류, 냉면, 수제비 및 갈국수의 순으로, 여학생은 라면류, 김밥, 냉면 순으로 낮게 선택했다. 빵집 이용시 남학생은 식빵, 크림빵 및 버터빵, 햄버거 순으로, 여학생은 식빵, 고로케, 크림빵 및 버터빵 순으로 낮게 선택했다.

이상의 결과들로 볼 때 대학생들의 외식형태에 따라 외식비용과 이용하는 음식점 종류가 달랐으며, 또한 음식선택이 달라지는 것을 알 수 있었다.

건강과 영양상태는 개개인이 섭취하는 음식의 질과 양에 따라서 좌우되며 음식에 대한 기호는 개인이 먹던 습관, 맛에 대한 경험에 의해서 영향을 받으므로 대학생들에게 청년기의 올바른 영양지식과 바른 식습관을 가질 수 있게 대학에서 영양교육이 이루어져야 하며, 더불어 가정에서도 좋은 식습관을 형성하도록 가정교육이 병행되어야 하겠다.

특히 대학생들은 고등학교때와 달리 금지되었던 음주를 자유롭게 접할 수 있어 청년기 건강에 큰 변인이 될 수 있다. 그러므로 대학생들에게 올바른 음주습관을 갖도록 지도하고 익힐 수 있는 교육이 이루어져야 한다고 사료된다.

참 고 문 헌

1. 모수미, 외식산업의 발달이 국민 영양 및 식생활에

- 미치는 영향, 한국영양학회지, 19:120, 1986.
2. 모수미, 한국 여성의 식습관에 관한 연구, 아시아 여성 문제 연구지 8:1969.
3. 이정옥, 김숙희, 고등학생의 영양 섭취실태와 성장 발육에 관한 연구, 한국영양학회지, 6권 3호, 1973.
4. Mertens, M.W. and Donaldson, B.: Factors Affecting Maindish Menu Variety in Wisconsin School Lunch Programs. *J. Home Econ.*, 56:411, 1964.
5. Specitzer, M.: *How to Increase Participation School and College Food Mgmt.*, 4:31 (sept), 1968.
6. Young, C.M.: Adventures in Dietetic Research, *J. Am. Dietet. A.*, Vol. 61, No. 3, Sept, 1972.
7. 정영진, 대학생의 음식 기호조사, 한국영양학회지, 17:10, 1984.
8. Driskell JA, Keith RE, Tangeny CC. Nutritional Status of white college students in virginia, *J Am Diet Assoc.*, 74:32, 1979.
9. 손경희, 문수재, 이영미, 각연령층에 따른 한국인의 섭식태도 및 영양실태의 생태학적 연구, 연세논총, 1982.
10. 이방자, 일부도시지역 여자 대학생의 영양섭취에 관한 조사연구, 대한가정학회지, 16:52, 1978.
11. 이기열 외 3인, 대학생의 영양실태조사, 한국영양학회지, 14:165, 1981.
12. 유영상, 대학생의 점심섭취실태조사, 대한가정학회지, 14:165, 1981.
13. 이명희, 문수재, 여대생의 섭취식태도 및 생활시간에 관한 조사연구, 한국영양학회지, 16:97, 1983.
14. 김화영, 대학생의 영양지식과 식습관에 관한 조사연구, 한국영양학회지, 17:178, 1980.
15. 임현숙, 일부지역 여대생의 식생활 실태조사, 대한가정학회지, 18:47, 1980
16. 김영자, 여대생의 음식선택 및 기호성향에 관한 연구, 한국영양학회지, 9:35, 1976.
17. 노정미, 유영상, 서울지역 대학생의 외식실태 및 기호도 조사연구(1), 대한가정학회지, 27(2), 1989.
18. 장유경, 오은주, 선영실, 대학생의 식습관과 건강상태에 관한 연구, 대한가정학회지, 26(3), 1988.
19. 한진숙, 신미경, 조리식품의 기호에 대한 연구(제 1보), 한국식문화학회지, Vol. 3(1), 1988