KOREAN J. DIETARY CULTURE
Vol. 8, No. 1 (1993)

부산지역 대학생들의 식생활 행동에 대한 조사연구

류 은 순

고신대학교 식품영양학과

(1993년 4월 27일 접수)

A Study on Dietary Behaviors of College Students in Pusan

Eun Soon Lyu

Department of Food and Nutrition, Koshin University

(Received April 27, 1993)

Abstract

The purpose of this study is to investigate the socio-economics status and the dietary behaviors of college students in Pusan. This survey was carried out through questionnaries and the subjects were 244 men and 229 women students of 7 universities in Pusan.

The results of this study can be summarized as follow:

1. 54.1% of men and 43.5% of women were having breakfast regularly, while 43.9% of men and 30.1% of women were having dinner regularly.

2. Mean score of the eating behavior was 3.29 in men and 3.21 in women, and of the concern on food and nutrition was 8.46 in men and 9.98 in women.

3. Eating behavior had significantly high relationship with concern on food and nutrition but had a little relation with valuation on food and nutrition.

4. Variation in valuation and concern on food and nutrition or in eating behavior were negatively related with smoking and drinking. A considerable correlationship between smoking and drinking was found.

I. 서 론

인간의 정상적인 생활유지에 큰 비중을 차지하고 있는 식생활은 각 사람의 문화, 사회, 경제적조건등의 생활형태에 의해서 결정되는 것으로 모든 인간의 행동양식과 밀접하게 연관되어 변화되어 왔다[1].

대학생층은 인생주기에서 성인기로 전환하는 과도기의 연령으로 특히 20세를 전후로한 시기를 식습관이 형성되는 시기로 볼 때[2,3] 이들의 식생활 행동은 과거 세대의 식생활 양식을 반영할 뿐 만 아니라 다음 단계인 성인기에 습관화될 식생활태도를 가장 잘 나타내는 시기라 하겠다[4,5]. 일반적으로 대학생활은 규칙적이었던 중고등학교 시절과는 달리 갑자기 자유로운 많은 시간을 통해 불규칙한 식사, 빈약한 조식, 부적당한 간식, 과다한 음주등으로 식생활의 조화를 상실하기 쉽다[6-8]. 특히 외식인구가 증가하고 있는 현대생활에서 많은 대학생들은 낮은 외식비로 영양을 고려하지 않고 음식을 선정하고 있으며 또한 음식에 대한 많은 경험을 하는 이 시기에 부족한 영양지식을 가지고 많은 식품을 선택하고 있어 젊은이들 사이에서 좋지 못한 식습관이 형성되고 있음이 지적되고 있다[9-11].

건강과 영양상태는 개개인이 섭취하는 음식의 질과 양에 따라서 좌우되며 음식에 대한 기호는 개인이 먹던 습관, 맛에 대한 경험에 의해서 영향을 받으므로 장래 국가의 주인공이 될 대학생들에게 좋은 건강과 이를 뒷받침 해주는 청년기의 올바른 영양지식, 바른 식사습관 및 균형된 식생활의 필요성을 인식시키는 것이 매우 중요하다 보겠다. 지금까지 대학생들을 대상으로 영양섭취 및 건강에 대한 조사와 식습관등에 대한 조사연구는 활발히 진행되었으나 대학생들의 식사에 대한

본 연구는 1992년도 고신대학교 교수논문연구비 지원에 의해 수행된 것임.

가치관, 관심도등에 대한 식생활 행동에 대한 연구는 많이 진행되지 않은 상태일 뿐 아니라 대다수의 연구들이 일부 특정지역을 대상으로 조사가 되었다.

이에 본 연구에서는 부산지역 대학생들의 사회인구학적 변인과 식사의 규칙성, 식행동, 식생활에 대한 가치관 및 관심에 대한 조사를 통해 대학생들이 합리적인 식생활을 영위하고 실제적으로 식생활에 적용시킬 수 있는 효과적인 영양교육 프로그램이 개발되어 지역사회의 식생활 개선 및 보건증진에 기초가 되는 자료를 제공하고자 한다.

II. 연구 방법

1. 조사대상 및 방법

본 조사는 1992년 9월 21일 부터 30일 까지 부산지역에 있는 7개 대학에 재학중인 남녀 대학생 총 500명을 무작위로 추출하였다. 조사방법으로는 훈련된 조사원이 조사대상에게 설문지를 배부하여 조사대상자로 하여금 직접 기록하게 하였으며 불완전한 응답자를 제외한 총 473부를 통계처리하였다.

2. 조사내용 및 조사도구

본 조사를 위한 설문지에 포함된 문항들은 사회인구학적인 특성을 규명하기 위한 항목으로 성별, 연령, 거주형태, 음주, 흡연, 종교등으로 구성하였으며 식생활태도를 알기 위한 조사는 장[6], 임[12], 김[13] 등의 식행동조사표를 기초로 수정보완한 10문항으로 이루어진 도구를 이용하여 총 10점을 만점으로 득점화 하였다. 식생활에 대한 가치관은 Nonabe[14]의 이론을 기초로 생리적인 욕구인 공복을 채우는것, 안전에 대한 욕구인 식사를 간단히 끝내는것, 건강 향상에 대한 욕구인 영양을 취하는 것, 즐기기 위한 욕구인 좋아하는 것을 먹는것의 4단계로 구성하였다. 식생활에 대한 관심도 조사는 건강정보, 영양균형식, 식사의 규칙성등에 대한 관심 문항을 총 11개의 항목으로 구성하였으며 각 문항에 대해 3점 scale (관심많다=2점, 보통이다=1점, 관심없다=0점)로 측정하여 총 0점에서 22점의 분포를 가지도록 하였다.

3. 자료처리방법

본 조사의 자료처리는 SPSS/PC+Program을 사용하여 전산처리 하였다. 통계처리방법은 각 항목에 대한 빈도, 백분율을 구하였고 변수간의 유의성 검증은 T-test, X^2-test 및 ANOVA를 이용하였으며 이들의 상관성은 Pearson's 상관관계의 통계기법을 이용하여 분석하였다.

표 1. 조사대상자의 일반적 배경 N(%)

구 분	남	녀	합 계
연령			
만18-19세	42 (8.9)	96(20.3)	138(29.2)
20-21세	57(12.1)	105(22.2)	162(34.2)
22-23세	61(12.9)	27 (5.7)	88(18.6)
24세 이상	84(17.8)	1 (0.2)	85(18.0)
합 계	244(51.6)	229(48.4)	473(100.0)
주거형태			
자 택	150(31.8)	203(43.0)	353(74.8)
하 숙	6 (1.3)	2 (0.4)	8 (1.7)
친척집	11 (2.4)	4 (0.8)	15 (3.2)
기숙사	14 (3.0)	2 (0.4)	16 (3.4)
자 취	63(13.3)	17 (3.6)	80(16.9)
합 계	244(51.6)	228(48.4)	472(100.0)
주거도시			
대도시	180(38.1)	199(42.2)	379(80.3)
중소도시	39 (8.3)	19 (4.0)	58(12.3)
농어촌	24 (5.1)	10 (2.1)	34 (7.2)
광산촌	1 (0.2)	0 (0.0)	1 (0.2)
합 계	244(51.6)	228(48.4)	472(100.0)
한달용돈			
10만원미만	59(12.7)	79(17.0)	138(30.4)
10만원-15만원미만	114(14.6)	128(27.6)	242(53.3)
15만원-20만원미만	39 (8.9)	11 (2.4)	50(11.0)
20만원이상	20 (4.4)	4 (0.9)	24 (5.3)
합 계	232(51.1)	222(48.9)	454(100.0)
흡 연			
한 다	116(24.5)	5 (1.1)	121(26.2)
안한다	128(27.0)	224(47.4)	352(73.8)
합 계	244(51.5)	229(48.5)	473(100.0)
음주상태			
자주 마신다	49 (9.6)	13 (2.8)	58(12.4)
가끔 마신다	125(26.7)	118(25.2)	243(51.9)
안 마신다	72(15.4)	95(20.3)	167(35.7)
합 계	242(51.7)	226(48.3)	468(100.0)
종 교			
있 다	125(26.4)	125(26.4)	250(52.8)
없 다	119(25.2)	104(22.0)	223(47.2)
합 계	244(51.6)	229(48.4)	473(100.0)

III. 결과 및 고찰

1. 조사대상자의 사회인구학적 특성

조사대상자들의 사회인구학적인 특성은 표 1과 같다. 조사대상자는 남학생이 244명(51.6%), 여학생은 229명(48.4%) 이며 연령은 20세-21세가 34.2%로 가장 많았고 18-19세는 29.2% 이었다. 주거형태는 74.8%가 자택에 거주하였고 16.9%(80명)는 자취를 하고 있었으며 자취생 중 63명이 남학생이었다. 노[9]의 서울지역 대학생들을 대상으로한 조사에서도 조사대상자의 74.4%가 자택에 거주하고 있어 비슷한 분포를 보였다. 주된 성장지는 80.3%가 대도시 이었고 중소도시에서 성장한 학생은 12.3%이었다. 이들의 용돈은 10만원-15만원 미만이 53.3%로 가장 많았고 10만원 미만은 30.4%이었으며 15만원 이상인 경우는 16.3%(74명)이었는데 이중 남학생이 13.0%(59명)로 여학생보다 많은 비율을 차지하였다. 흡연을 안하는 학생은 73.8%(352명)이었으며 남학생들도 27.0%(128명)는 흡연을 안하고 있었다. 음주상태는 음주를 안하는 학생이 35.7%, 가끔 하는 학생이 51.9%, 자주 음주하는 학생은 12.4%이었다. 장[6]의 서울지역 대학생들의 음주상태는 24.0%가 음주를 안하며 56.8%는 가끔 음주를 하였고 19.2%는 자주 음주 하는 것으로 나타나 부산지역 대학생들과는 다소 차이가 있었다.

2. 조사대상자의 식생활형태 조사

1) 식사형태

조사대상자의 식사형태에 대한 결과를 표 2에 제시하였다. 아침식사의 주된 형태는 밥(84.6%)이었으며 우유, 빵등의 스낵류를 먹는 경우는 2.2%이었다. 그러나 아침식사를 안 하는 학생들은 12.0%(54명)으로 나타났는데 여학생이 남학생보다 유의적으로 많았다($p<0.005$). 저녁식사도 조사대상자들의 80.9%는 밥을, 9.1%는 면류로 식사를 하였고 저녁식사를 안하는 학생은 5.6%(26명)이었으며 여학생이 남학생보다 유의적으로 높았다($p<0.001$). 특히 여학생들의 16.7%가 아침식사를 안하고 있는 것으로 나타났는데 임[12]은 우리나라 여대생들은 가임연령층으로 건강향상을 위해 영양적으로 균형잡힌 식사가 요구되는 시기이나 식사에 대한 참여율이 낮고 소량의 다과로 식사를 대치하는 불량한 식습관을 갖고 있으며 빈혈빈도가 높게 나타났다고 지적하였다.

점심식사 형태는 60.6%가 밥을, 면류는 25.9%, 도시락 7.2%, 스낵류 5.7%의 순이었으며 점심식사를 안 먹는 학생은 0.6%로 아침식사와 저녁식사를 안 먹는 학생보다 적은 것으로 나타났다. 여학생이 남학생보다 점심식사로 면류, 도시락, 스낵류를 더 많이 선택하고 있는 것으로 나타났으며 유의적인 차이를 보였다($p<0.000$). 안[11]의 보고에서도 점심식사시 여학생이 남학생보다 우유, 빵류의 스낵류를 더 많이 선택하고있는 것으로 나타났으나 외국의 경우 Johnson[15] 등의 연구에서는 남학생이 여학생보다 스낵류를 더 많이 이용하고 있는 것으로 보고되어 우리나라 대학생들과 다른 결과를 보인것은 식생활 패턴이 다르기 때문인것으로 간주 할 수 있겠다.

특히 도시락 지참율이 1981년 유[16]의 서울지역 대학생들의 점심섭취 실태에 관한 연구에서는 34.4% 이었고 1985년 안[17]의 조사에서는 21.9%이었으며 1989년 노[9]의 조사에서는 17.1%였는데, 최근 1991년 한[18]의 연구에서는 8%로 나타나 본 연구의 7.2%와 비슷한 결과를 나타냈다. 이상을 비교해 볼 때 대학생들의 도시락 지참율은 계속 낮아지는 경향이 있음을 알 수 있었다.

대학생들의 구내식당 이용 횟수 및 중점을 두는 식사시간에 대한 결과를 표 3에 제시하였다. 구내식당을 하루 1회 이상 이용하는 학생은 22.0%이었고 1주일에

표 2. 대학생들의 식사형태 N(%)

	아 침 식 사			점 심 식 사			저 녁 식 사		
	남	여	합 계	남	여	합 계	남	여	합 계
밥	213(87.3)	173(81.4)	384(84.6)	180(74.1)	106(46.3)	286(60.6)	216(88.9)	166(72.5)	382(80.9)
면	2 (0.8)	1 (0.5)	3 (0.6)	48(19.8)	74(32.3)	122(25.9)	18 (7.4)	25(10.9)	43 (9.1)
도시락	2 (0.8)	1 (0.5)	3 (0.6)	12 (4.0)	22 (9.6)	34 (7.2)	1 (0.4)	2 (0.8)	3 (0.6)
스낵류	8 (3.3)	2 (0.9)	10 (2.2)	2 (0.8)	25(10.9)	27 (5.7)	3 (1.2)	15 (3.2)	18 (3.8)
안먹음	19 (7.8)	35(16.7)	54(12.0)	1 (0.4)	2 (0.9)	3 (0.6)	5 (2.1)	21 (9.2)	26 (5.6)
	244(100.0)	210(100.0)	454(100.0)	243(100.0)	229(100.0)	472(100.0)	243(100.0)	229(100.0)	472(100.0)
	$X^2=13.70592$ P=0.0033			$X^2=47.18119$ P=0.0000			$X^2=25.18471$ P=0.0000		

표 3. 대학생들의 구내식당 이용 횟수 및 중점을 두는 식사시간 N(%)

	남	녀	합 계
이용 횟수			
7회 이상/주	66(14.0)	38 (8.0)	104(22.0)
3-6회/주	123(50.4)	111(48.7)	234(49.6)
1-2회/주	31(12.7)	55(24.1)	86(18.2)
0회/주	24 (9.8)	24(10.5)	48(10.2)
	244(100.0)	228(100.0)	472(100.0)
	$X^2=12.63794$	$P=0.0125$	
중점을 두는 식사시간			
아침식사	49(20.6)	51(22.4)	100(21.4)
점심식사	36(15.1)	69(30.3)	105(22.5)
저녁식사	93(39.1)	45(19.7)	138(29.7)
없 다	60(25.2)	63(27.6)	123(26.4)
	238(100.0)	228(100.0)	466(100.0)
	$X^2=26.97808$	$P=0.0000$	

3-6회로 거의 매일 구내식당을 이용하는 학생은 49.6%로 조사대상의 71.6%의 학생들이 구내식당을 거의 매일 이용하고 있었으며 식당을 전혀 이용하고 있지 않은 학생은 10.2%로 나타났다. 한[18]의 서울지역 대학 식당의 이용 조사에서도 거의 매일 식당을 이용하고 있는 학생은 56%이었고 9.0%의 학생이 식당을 거의 이용하고 있지 않는 것과 비슷한 결과를 보였는데 1982년 정[8]의 학교식당 이용도에 관한 조사에서 38.4%가 학교식당을 자주 이용하고 있다는 결과와 비교할 때 대학생들의 학교식당 이용율이 많이 증가 한 것으로 나타났는데 이것은 도시락 지참율이 계속 낮아지는 것과 관계가 있다고 볼 수 있다.

대학생들이 중점을 두고 있는 식사시간은 남학생의 경우는 저녁식사(39.1%), 아침식사(20.6%), 점심식사(15.1%)의 순이었고 여학생의 경우는 점심식사(30.3%), 아침식사(22.4%), 저녁식사(19.7%)의 순서로 나타나 남학생과 여학생사이에 중점을 두는 식사가 달랐으며 유의적인 차이가 있었다($p<0.001$).

2) 식사의 규칙성

조사대상자들의 식사의 규칙성에 대한 결과는 표 4와 같다. 아침식사를 규칙적으로 하는 남학생은 54.1%, 여학생은 43.5%이며 불규칙적인 식사를 하는 경우는 남녀 학생 각각 25.8%, 40.0%로 여학생과 남학생사이에 유의적인 차이가 있었다($p<0.01$). 저녁식사에서도 규칙적인 식사를 하는 경우 남학생 43.9%, 여학생 30.1%이며 불규칙적인 식사를 하는 비율은 남녀 학생 각각 30.3%, 41.1%로 남학생과 여학생사이에 유의적인 차이가 있었다($p<0.01$). 점심식사의 경우 불규칙적으로 식사를 하는 비율이 남녀 학생 각각 16.4%, 21.0%로 아침식사와 저녁식사보다는 점심식사를 규칙적으로 하고 있었다. 노[9]의 연구에서는 아침식사는 남학생이 더 불규칙적이며 저녁식사는 여학생이 더 불규칙적인 식사를 한다고 보고하였다.

거주형태에 따른 식사의 규칙성을 살펴보면 자택에 거주하는 학생들이 자취, 하숙등을 하는 학생들보다 아침식사를 규칙적으로 하였으며 유의적인 차이를 보였으나($p<0.005$) 저녁식사는 자택에 거주하는 학생보다 자취, 하숙하는 학생들이 더 규칙적으로 식사하였고 유의적인 차이가 있었다($p<0.05$).

흡연이 미각의 감수성에 영향을 주므로 미각의 예민도를 저하시켜 식욕을 감퇴시킨다는 보고[19]가 있으나 본 조사에서는 흡연학생과 비흡연학생간에 식사의 규칙성에서는 유의적인 차이가 나타나지 않았다.

음주로 인한 식사의 규칙성에 대한 결과에서 음주를 자주하는 학생이 음주를 안하는 학생보다 아침식사, 점심식사 및 저녁식사 모두 불규칙적이었으며 유의적인 차이가 있었다($p<0.05$), ($p<0.001$), ($p<0.01$). 이[20]의 음주가 식사에 미치는 영향에 대한 결과에서 음주의 여부에 관계없이 술이 식사에 직접적인 영향을 준다고 음주자의 58.8%, 비음주자의 54.5%가 강하게 의식하고 있다고 하였는데 본 연구의 결과에서 음주를 자주하는 학생들은 56.9%가 저녁식사를 불규칙적으로 하였으며 이들은 또한 아침식사는 43.1%, 점심식사는 37.9%가 불규칙적으로 하고 있어 실제 음주가 식사행위에 직접적인 영향을 주고 있음을 알 수 있었다. 장[6]의 보고에서도 대학생활은 고등학교와 달리 음주를 자유로이 접하게 되어 이제까지와 다른 식습관의 새로운 변인으로 작용되어 이로인한 불균형적인 식품섭취와 불규칙적인 식사태도를 유도하게 되는 경우가 많아지고 있다고 지적했다.

3. 식생활에 대한 가치관과 관심상태

1) 식생활에 대한 가치관

가치란 관심을 두고 있는 사물에 대한 반응으로 바람직하고 영향력 있는 선택행동의 개념으로 대상에 대한 단순한 관심이 아니라 선택, 거부의 행동을 결정하는 기준이라 하겠다[21].

본 연구에서는 조사대상자들의 식생활에 대한 가치관과 현재의 식사상태에 대해 표5에 제시하였다. 식생활에 대한 가치관에서 조사대상자의 37.4%의 학생들이 영양을 섭취하는 것이라 하였으며, 31.3%의 학생은 생리적 욕구인 공복을 채우기 위함이라 하였으며 22.5

표 4. 식사의 규칙성

N(%)

	성 별			거 주 형 태			흡 연			음 주 정 도			
	남	여	합 계	자 택	기 타	합 계	한 다	안한다	합 계	자주마심	가끔마심	안마심	합 계
아침식사													
규 칙 적	132(54.1)	100(43.5)	232(49.1)	189(53.5)	43(35.8)	232(49.1)	53(43.8)	179(50.9)	232(49.0)	24(41.4)	111(45.7)	93(55.7)	228(48.7)
보 통	49(20.1)	38(16.5)	87(18.4)	55(15.6)	32(26.7)	87(18.4)	25(20.7)	62(17.6)	87(18.4)	9(15.5)	56(23.0)	22(13.2)	87(18.6)
불규칙적	63(25.8)	92(40.0)	155(32.5)	109(33.9)	45(37.5)	154(32.5)	43(35.5)	111(31.5)	154(32.6)	25(43.1)	76(31.3)	52(31.1)	153(32.6)
합 계	244(100.0)	230(100.0)	473(100.0)	353(100.0)	120(100.0)	473(100.0)	121(100.0)	352(100.0)	473(100.0)	58(100.0)	243(100.0)	167(100.0)	468(100.0)
	$X^2=10.43031$ P=0.0054			$X^2=12.91522$ P=0.0016			NS			$X^2=10.48774$ P=0.0330			
점심식사													
규 칙 적	117(47.9)	85(37.1)	202(42.7)	147(41.6)	55(45.8)	202(42.7)	53(43.8)	149(42.3)	202(42.7)	15(25.9)	109(44.9)	77(46.1)	201(43.0)
보 통	87(35.7)	96(41.9)	183(38.7)	140(38.7)	43(35.8)	184(38.7)	43(35.5)	140(39.8)	183(38.7)	21(36.2)	94(38.7)	66(39.5)	182(38.7)
불규칙적	40(16.4)	48(21.0)	88(18.6)	66(18.7)	22(18.4)	88(18.6)	25(20.7)	63(17.9)	88(18.6)	22(37.9)	40(16.4)	24(14.4)	86(18.3)
합 계	244(100.0)	229(100.0)	473(100.0)	353(100.0)	120(100.0)	473(100.0)	121(100.0)	352(100.0)	473(100.0)	58(100.0)	243(100.0)	167(100.0)	468(100.0)
	NS			NS			NS			$X^2=18.67090$ P=0.0009			
저녁식사													
규 칙 적	107(43.9)	69(30.1)	176(37.2)	118(33.4)	58(48.3)	176(37.2)	47(38.9)	129(37.7)	176(38.0)	13(22.4)	90(37.0)	71(42.5)	174(37.2)
보 통	63(25.8)	66(28.8)	129(17.3)	101(28.6)	28(23.3)	129(27.3)	31(25.6)	98(28.7)	129(27.9)	12(20.7)	70(28.8)	45(26.9)	127(27.1)
불규칙적	74(30.3)	94(41.1)	168(35.5)	134(38.0)	34(28.4)	168(35.5)	43(35.5)	115(33.6)	158(34.1)	33(56.9)	83(34.2)	51(30.6)	167(35.7)
합 계	244(100.0)	229(100.0)	473(100.0)	353(100.0)	120(100.0)	473(100.0)	121(100.0)	342(100.0)	463(100.0)	58(100.0)	243(100.0)	167(100.0)	468(100.0)
	$X^2=10.18983$ P=0.0061			$X^2=8.59917$ P=0.0136			NS			$X^2=14.53311$ P=0.0058			

NS : Not Significant

표 5. 식생활에 대한 가치관과 식사형태 N(%)

	성 별			흡 연			음 주 정 도				종 교		
	남	여	합 계	한 다	안한다	합 계	자주마심	가끔마심	안마심	합 계	있 다	없 다	합 계
가치관													
공복을 채우는 것	89(37.2)	57(25.1)	146(31.3)	54(45.4)	92(26.5)	146(31.3)	23(40.3)	78(32.5)	44(26.7)	145(31.3)	71(28.9)	75(34.1)	146(31.3)
음식을 간단히 먹는 것	20 (8.4)	21 (9.3)	41 (8.8)	10 (8.4)	31 (8.9)	41 (8.8)	7(12.3)	21 (8.8)	13 (7.9)	41 (8.8)	24 (9.8)	17 (7.7)	41 (8.8)
영양을 섭취하는 것	94(39.3)	80(35.2)	174(37.4)	37(31.1)	137(39.5)	174(37.3)	14(24.6)	88(36.7)	70(42.4)	172(37.3)	94(38.2)	80(36.4)	174(37.4)
좋아하는 것을 먹는 것	36(15.1)	69(30.4)	105(22.5)	18(15.1)	87(25.1)	105(22.6)	13(22.8)	53(22.0)	38(23.0)	104(22.5)	57(23.1)	48(21.8)	105(22.5)
합 계	239(100.0)	227(100.0)	466(100.0)	119(100.0)	347(100.0)	466(100.0)	57(100.0)	240(100.0)	165(100.0)	462(100.0)	246(100.0)	220(100.0)	466(100.0)
	$X^2=18.23904$ P=0.0004			$X^2=15.65442$ P=0.0013			$X^2=27.79044$ P=0.0001				NS		
식사상태													
공복을 채우기 위함	135(56.5)	122(54.0)	257(55.3)	59(49.6)	199(57.3)	258(55.3)	32(58.2)	126(52.5)	96(58.2)	254(55.2)	122(49.8)	135(61.4)	257(55.3)
음식을 간단히 먹기 위함	26(10.9)	26(11.5)	52(11.2)	23(19.3)	29 (8.4)	52(11.2)	6(10.9)	33(13.8)	13 (7.9)	52(11.3)	28(11.4)	24(10.9)	52(11.2)
영양을 섭취하기 위함	48(20.1)	28(12.4)	76(16.3)	19(16.0)	57(16.4)	76(16.3)	6(10.9)	38(15.8)	32(19.4)	76(16.5)	48(19.6)	28(12.7)	76(16.3)
좋아하는 것을 먹기 위함	30(12.5)	50(22.1)	80(17.3)	18(15.1)	62(17.9)	80(17.2)	11(20.0)	43(17.9)	24(14.5)	78(17.0)	47(19.2)	33(15.0)	80(17.2)
합 계	239(100.0)	226(100.0)	465(100.0)	119(100.0)	347(100.0)	466(100.0)	55(100.0)	240(100.0)	165(100.0)	460(100.0)	245(100.0)	220(100.0)	465(100.0)
	$X^2=10.56556$ P=0.0143			NS			NS				$X^2=6.65043$ P=0.0360		

NS : Not Significant

%는 좋아하는 것을 먹는 것이라 하였다. 남학생의 경우 영양을 섭취하고(39.3%), 좋아하는 것을 먹는 것(15.1%)이라고 한 학생이 54.4%이었으며 여학생은 영양을 섭취하고(35.2%) 좋아하는 것을 먹는 것(30.4%)이라고 한 학생이 65.6%로 여학생이 남학생보다 건강향상과 즐김의 욕구에서 비롯된 식생활에 대한 가치관을 갖고 있는 학생이 더 많았으며 유의적인 차이가 있었다($p<0.001$).

흡연에 따른 차이를 보면 흡연학생들의 45.4%는 식생활은 공복을 채우는것, 15.1%는 좋아하는 것을 먹는 것이라 한 반면 비흡연학생들의 26.5%는 공복을 채우는 것, 25.1%는 좋아하는 것을 먹는 것이라 하여 흡연학생과 비흡연학생들 사이에 유의적인 차이가 있었다($p<0.005$).

음주정도에 따른 차이에서 음주를 자주하는 학생은 40.3%, 가끔 음주하는 학생과 음주를 안하는학생은 각각 32.5%, 26.7%가 식생활에 대한 가치를 공복을 채우는 것이라 하였고 영양을 섭취하는 것이라고 한 학생은 음주를 자주하는 학생은 24.6%, 가끔하는 학생은 36.7%, 안하는 학생은 42.4%로 유의적인 차이가 있었다($p<0.0001$).

황[22]의 목포지역 대학생들의 식생활 행동에 대한 연구에서도 식사의 목적이 배고픔의 해결 37.0%, 좋아하는 것을 먹는 즐기기위함은 15%, 영양을 섭취하기 위해서는 9%로 나타나 아직 많은 대학생들이 공복을 채우기 위해 식사를 하고 있음을 알 수 있었다.

식사상태에 대한 결과에서 조사대상자의 55.3%가 공복을 채우기 위하여 식사를 하고 있었으며 17.3%는 좋아하는 것을 먹기 위해서, 영양을 섭취하기 위해서가 16.3%, 11.2%는 음식을 간단히 먹기 위해서 식사를 하고 있었다. 성별에 따른 차이에서 공복을 채우기 위해서 식사하는 학생이 남학생은 56.5%, 여학생은 54.0%로 비슷한 분포를 보였으나 영양을 섭취하기 위해서 식사를 하는 학생이 남학생은 20.1%, 여학생은 12.4%이며 좋아하는 것을 먹기 위하여 식사하는 학생은 남학생이 12.5%, 여학생이 22.1%로 남녀간에 유의적인 차이가 있었다($p<0.05$).

흡연 상태에 따른 차이에서 흡연학생은 공복을 채우기 위해서가 49.6%, 음식을 간단히 먹기 위해서 19.3%, 영양을 섭취하기 위해서 16.0%, 15.1%는 좋아하는 것을 먹기 위해서 식사를 하고 있는 것으로 나타났으나 비흡연학생의 경우 공복을 채우기 위해서 57.3%, 좋아하는 것을 먹기 위해서 17.9%, 영양을 섭취하기 위해서 16.4%, 8.4%는 음식을 간단히 먹기 위해서 식사를 하고 있는 것으로 나타났으나 유의적인 차이는 없었다. 음주에 따른 차이에서도 55.2%가 공복을 채우기 위해서 식사를 하고 있는 것으로 나타났으며 유의적인 차이가 없었다.

종교에 의한 식사상태를 살펴보면 종교가 있는 학생의 49.8%, 종교가 없는 학생은 61.4%가 공복을 채우기 위해서 식사를 하고 있었으며 유의적인 차이가 있었다($p<0.05$).

이상을 살펴 볼 때, 부산지역 대학생들은 아직 대다수의 학생들이 식생활에 대한 가치관이 생리적인 욕구인 공복을 채우기 위함이라고 하였으며 비록 영양소의 기능과 건강과의 관련성을 인식하면서 식품의 섭취를 즐기는 가치관이 형성되어 있는 학생일지라도 그들이 갖고 있는 가치관과 실제 식사하는 상태와는 차이가 있는 것을 발견할 수 있었다. 이들이 식생활에 대한 가치관은 영양을 섭취하는 것이라 하나 실제 이들은 공복을 채우기 위해서 식사를 하고 있는 것으로 나타났는데 이것은 자유로운 많은 시간, 음주 및 흡연에 대한 제약이 없음으로 인한 불규칙적인 생활, 경제적인 면에서의 제한등이 식생활에 대한 가치와 행동의 일치에 영향을 줄 것이라고 사료할 수 있다.

2) 식행동 평가 및 식생활에 대한 관심도

조사대상자의 식행동 평가 점수 및 식생활에 대한 관심 점수를 표 6에 제시하였다.

성별에 따른 차이에서 식행동 평가 점수는 남학생은 3.29점, 여학생은 3.21점으로 남학생이 높았으나 유의적인 차이는 없었다. 식생활에 대한 관심 점수에서 여학생이 9.98점으로 남학생 8.46점보다 높은 점수를 나타냈으며 유의적인 차이를 보였다($p<0.001$).

흡연에 따른 차이에서 식행동 평가 점수는 비흡연학생이 3.36점, 흡연학생은 2.94점으로 비흡연학생의 식행동 점수가 높았으며 유의적인 차이를 보였다($p<0.05$). 식생활에 대한 관심 점수에서도 비흡연학생은 9.63점, 흡연학생은 7.94점으로 비흡연학생이 식생활에 대한 관심이 유의적으로 높은것으로 나타났다($p<0.001$).

음주정도에 따른 차이에서 식행동 평가점수는 음주를 자주하는 학생이 2.78점, 안하는 학생은 3.50점으로 음주를 안하는 학생의 식행동 점수가 유의적으로 높게 나타났고($p<0.05$) 식생활에 대한 관심 점수에서도 음주를 안하는 학생과 가끔하는 학생이 음주를 자주하는 학생보다 식생활에 대한 관심이 유의적으로 높은 것으로 나타났다($p<0.001$). 그러므로 흡연을 안하고 음주를 안하는 학생들의 식행동이 좋으며 식생활에 대한 관심도 높은것을 알 수 있었다.

가치관에 따른 차이에서 식행동 평가 점수는 식생활에 대한 가치형성이 공복을 채우는 것이라고 한 학생은 2.85점이며 영양을 섭취하는 것이라고 한 학생은 3.64점으로 영양을 섭취하는 것에 가치를 둔 학생의 식행동 점수가 공복을 채우는것에 가치를 둔 학생보다 유의적으로 높았다($p<0.005$). 식생활에 대한 관심 점

표 6. 식행동점수 및 식생활관심에 대한 점수 N± SD

	식생활행동	식생활관심
성별		
남	3.29± 1.86	8.46± 2.13
여	3.21± 1.81	9.98± 2.23
T value	NS	T=3.77 P=0.000
흡연상태		
한 다	2.94± 1.92	7.94± 2.14
안한다	3.36± 1.79	9.63± 2.19
T value	T=4.68 P=0.0309	T=13.50 P=0.0003
음주정도		
자주 마심	2.78± 1.71[a)]	7.18± 2.02[a)]
가끔 마심	3.18± 1.86[ab)]	9.19± 2.19[b)]
안 마 심	3.50± 1.80[b)]	9.88± 2.20[b)]
F value	F=3.6768 P=0.0260	F=8.2891 P=0.0003
가치관		
공복을 채우는 것	2.85± 1.82[a)]	8.15± 2.08[a)]
음식을 간단히 먹는 것	3.19± 1.83[ab)]	8.87± 2.10[ab)]
영양을 섭취하는 것	3.64± 1.82[b)]	10.21± 2.29[b)]
좋아하는 것을 먹는 것	3.19± 1.80[ab)]	9.00± 2.12[ab)]
F value	F=5.0559 P=0.0019	F=6.0964 P=0.0004
식사상태		
공복을 채우기 위함	2.96± 1.81[a)]	8.61± 2.29[a)]
음식을 간단히 먹기 위함	3.44± 1.60[ab)]	10.55± 2.28[b)]
영양을 섭취하기 위함	4.17± 1.76[b)]	10.88± 1.92[b)]
좋아하는 것을 먹기 위함	3.22± 1.86[a)]	8.83± 1.91[ab)]
F value	F=9.0169 P=0.0000	F=7.6222 P=0.0001

a) b) : 같은 기호가 표기된 집단은 Scheffe's test($p<0.05$)에 의해 집단간에 유의적인 차이가 없음.
NS : Not Significant

수는 공복을 채우는 것이라고 한 학생이 8.15점, 영양을 섭취하는 것이라고 한 학생은 10.21점으로 가치관 형성이 영양을 섭취하는 것인 학생의 식생활에 대한 관심 점수가 유의적으로 높게 나타났다($p<0.001$).

식사상태에 따른 차이에서 영양을 섭취하기 위해 식사를 하고 있는 학생의 식행동 점수는 4.17점으로 공복을 채우기 위하여 식사하고(2.96점) 좋아하는 것을 먹기 위해 식사하는(3.22점) 학생보다 유의적으로 높은 점수가 나타났다($p<0.001$). 식생활 대한 관심 점수는 음식을 간단히 먹으며 영양을 섭취하기 위해 식사를 하는 학생이 공복을 채우기 위해 식사를 하는 학생보다 식생활에 대한 관심 점수가 유의적으로 높았다($p<0.001$).

조사대상자의 식생활에 대한 관심상태의 결과는 표 7에 제시하였다. 조사대상자들의 성별에 따른 차이를 살펴보면 건강정보에 대해 관심이 많다 11.6%, 보통이다 61.3%, 관심없다 27.0%를 나타냈으며 여학생이 남학생보다 관심이 높았고 유의적인 차이를 나타냈다($p<0.001$). 또한 흡연을 하는 학생들이 비흡연 학생보다 건강정보에 대한 관심이 낮은 것으로 나타났으며 유의적인 차이가 있었다($p<0.001$). 음주를 자주하는 학생들의 48.3%가, 음주를 안하는 학생의 23.3%가 건

표 7. 식생활에 대한 관심상태 N(%)

	성 별			흡 연			음 주 정 도			
	남	여	합 계	한 다	안한다	합 계	자주마심	가끔마심	안마심	합 계
건강정보에 대해										
관심이 많다	23 (9.4)	32(14.0)	55(11.6)	10 (8.3)	45(12.8)	55(11.6)	4 (6.9)	28(11.5)	23(13.8)	55(11.7)
보통이다	131(53.7)	159(69.4)	290(61.3)	57(47.1)	233(66.2)	290(61.3)	26(44.8)	157(64.6)	105(62.9)	288(61.5)
관심이 없다	90(36.9)	38(16.6)	128(27.0)	54(44.6)	74(21.0)	128(27.0)	48(48.3)	58(23.9)	39(23.3)	125(26.7)
합 계	244(100.0)	229(100.0)	473(100.0)	121(100.0)	352(100.0)	473(100.0)	58(100.0)	243(100.0)	167(100.0)	468(100.0)
	$X^2=24.85048$ P=0.0000			$X^2=25.47308$ P=0.0000			$X^2=16.334579$ P=0.0026			
식사시 영양균형에 대해										
관심이 많다	36(14.8)	21 (9.2)	57(12.0)	17(14.0)	40(11.4)	57(12.0)	9(15.5)	27(11.1)	21(12.6)	57(12.2)
보통이다	101(41.4)	122(53.3)	223(47.2)	45(37.2)	178(50.5)	223(47.2)	20(34.5)	117(48.1)	85(50.9)	222(47.4)
관심이 없다	107(43.8)	86(37.5)	193(40.8)	59(44.6)	134(38.1)	193(40.8)	29(50.0)	99(40.8)	61(36.5)	189(40.4)
합 계	244(100.0)	229(100.0)	473(100.0)	121(100.0)	352(100.0)	473(100.0)	58(100.0)	243(100.0)	167(100.0)	468(100.0)
	$X^2=7.74202$ P=0.0208			$X^2=6.48029$ P=0.0392			NS			
체중 측정하는 것에 대해										
관심이 많다	76(31.1)	97(42.4)	173(36.6)	34(28.1)	139(39.5)	173(36.6)	16(27.6)	85(35.0)	71(42.5)	172(36.8)
보통이다	129(52.9)	110(48.0)	239(50.5)	65(53.7)	174(49.4)	239(50.5)	27(46.6)	127(52.3)	82(49.1)	236(50.4)
관심이 없다	39(16.0)	22 (9.6)	61(12.9)	22(18.2)	39(11.1)	61(12.9)	15(25.8)	31(12.7)	14 (8.4)	60 (12.8)
합 계	244(100.0)	229(100.0)	473(100.0)	121(100.0)	352(100.0)	473(100.0)	58(100.0)	243(100.0)	167(100.0)	468(100.0)
	$X^2=8.32999$ P=0.0155			$X^2=7.04323$ P=0.0296			$X^2=13.69612$ P=0.0083			
식사의 규칙성에 대해										
관심이 많다	133(54.5)	65(28.4)	198(41.8)	54(44.6)	144(40.9)	198(41.8)	19(32.7)	100(41.1)	77(46.1)	196(41.9)
보통이다	70(28.7)	106(46.3)	176(37.2)	40(33.1)	136(38.6)	176(37.2)	23(39.7)	93(38.3)	57(34.1)	173(37.0)
관심이 없다	41(16.8)	58(25.3)	99(21.0)	27(22.3)	72(20.5)	99(21.0)	16(27.6)	50(20.6)	33(19.8)	99(21.1)
합 계	244(100.0)	229(100.0)	473(100.0)	121(100.0)	352(100.0)	473(100.0)	58(100.0)	243(100.0)	167(100.0)	468(100.0)
	$X^2=33.194406$ P=0.0000			NS			NS			

NS : Not Significant

강정보에 대한 관심이 없었으며 유의적인 차이가 있었다($p<0.005$).

식사시 영양균형에 대해서 관심이 많다 12.0%, 보통이다 47.2%, 관심이 없다는 40.8%를 나타냈다. 성별에 따른 차이에서 남학생은 43.8%, 여학생은 37.5%가 관심이 없었으며 유의적인 차이가 있었다($p<0.05$). 우리나라 대학생은 실제 식사를 할 때 아직은 영양균형에 대해서는 크게 관심을 갖지 않고 있는 것으로 나타났다. Johnson[15] 등은 외식시 영양에 대한 중요성을 남학생보다 여학생이 더 중요하게 간주하고 있다고 하였는데 본 조사 결과에서도 남학생보다는 여학생이 영양균형에 대한 관심이 더 있는 것으로 나타났다.

흡연에 따른 차이에서 흡연학생은 14.0%, 비흡연학생은 11.4%가 식사시 영양균형에 대해 많은 관심을 갖고 있었고 관심이 없는 학생은 흡연학생은 44.6%, 비흡연학생은 38.1%를 나타냈다. 음주에 따른 차이에서 음주를 자주하는 학생은 50.0%, 가끔하는 학생은 40.8%, 안하는 학생은 36.5%가 식사시 영양균형에 대한 관심이 없는 것으로 나타나 음주를 자주 하는 경우 영양균형에 대해 관심을 두지 않는 것으로 나타났으나 유의적인 차이는 없었다.

체중 측정하는 것에 대한 관심에서 조사대상자의 36.6%가 관심이 많았고 12.9%는 관심이 없는 것으로 나타났다. 특히 여학생 42.4%, 남학생 31.1%가 체중을 측정하는 것에 관심이 많은 것으로 나타났으며 유의적인 차이가 있었다($p<0.05$).

흡연에 따른 차이에서 흡연학생은 28.1%, 비흡연학생은 35.9%가 체중측정에 관심이 많았으며 관심이 없는 학생은 흡연학생의 18.2%, 비흡연학생의 11.1%로 비흡연학생이 흡연학생보다 체중 측정에 대한 관심이 높았으며 유의적인 차이가 있었다($p<0.05$). 음주에 따른 차이에서 음주를 자주하는 학생의 27.6%, 가끔하는 학생의 35.0%, 안하는 학생의 42.5%가 체중측정에 관심이 많았으며 유의적인 차이가 있었다($p<0.01$). 여대생의 경우 체중측정에 많은 관심이 있는 것으로 나타났는데 Bailey[23] 등은 여대생의 경우 95%가 이상적인 체중을 갖고 있으나 85%가 본인의 체형에 대해 불만족하고 있었으며 62%가 식사조절로 체중을 조절하고 있다고 보고하였다.

식사의 규칙성에 대한 관심에서 조사대상자의 41.8%가 관심이 많았으나 21%는 관심이 없는 것으로 나타났는데 성별에 따른 차이에서 남학생의 경우 54.5%, 여학생은 28.4%가 관심이 많았으며 식사의 규칙성에 대해 관심이 없는 학생은 남학생 16.8%, 여학생 25.3%로 남학생이 규칙적인 식사에 대해 더 많은 관심을 갖고 있으며 유의적인 차이가 있었다($p<0.001$). 황[22]의 연구에서도 식생활 태도에서의 문제점에 대한 지적에서 남학생은 30.4%, 여학생은 46.2%가 자신들이 식사를 불규칙적으로 하는 것이 문제점이라 한바 본 연구에서의 남학생보다 여학생들이 식사의 규칙성에 대해 관심이 적은것과 일치하는 결과를 보였다. 흡연에 따른 차이에서 흡연학생의 44.6%, 비흡연학생의 40.9%는 규칙적인 식사에 관심이 많은 것으로 나타났고 흡연학생의 22.3%, 비흡연학생의 20.5%가 규칙적인 식사에 대해 관심이 없었으나 유의적인 차이를 보이지는 않았다. 음주에 따른 차이에서 규칙적으로 식사하는 것에 대해 음주를 자주하는 학생은 32.7%가, 음주를 가끔하는 학생은 41.1%, 음주를 안하는 학생은 46.1%의 순서로 관심을 많이 보여 음주를 안하는 경우 규칙적인 식사에 대해 관심이 높았으나 유의적인 차이는 없었다.

표 8. 변인들간의 상관관계

	식행동	식생활 관심도	가치관	식사 규칙성	흡 연	음 주
식행동	1.00 (P=1.000)	0.4111 (P=0.000)	0.1179 (P=0.006)	0.4012 (P=0.000)	−0.0956 (P=0.021)	−0.0956 (P=0.003)
식생활 관심도		1.00 (P=1.000)	0.1198 (P=0.005)	0.1972 (P=0.000)	−0.1908 (P=0.000)	−0.1717 (P=0.000)
가치관			1.00 (P=1.000)	0.0701 (P=0.068)	−0.1901 (P=0.000)	−0.0859 (P=0.034)
식사 규칙성				1.00 (P=1.000)	−0.0108 (P=0.041)	−0.0934 (P=0.024)
흡 연					1.00 (P=1.000)	0.4136 (P=0.000)
음 주						1.00 (P=1.000)

4. 변인들간의 상관관계

조사대상자의 식행동, 관심도, 가치관, 식사의 규칙성, 흡연, 음주에 대한 상관관계를 표9에 제시하였다.

식행동은 식생활에 대한 관심 및 식사의 규칙성과 유의적인 양의 높은 상관관계($p<0.001$)가 있었고 흡연 및 음주와는 유의적인 음의 상관성($p<0.05$)을 보였는데 식행동 점수가 높을수록 식생활에 대한 관심이 높았고 식사도 규칙적으로 하였으며 음주 및 흡연을 안하는 경향이 있는 것으로 나타났다.

식생활에 대한 관심은 식사에 대한 가치관 및 식사의 규칙성과 유의적인 양의 상관관계($p<0.005$)를, 흡연 및 음주와는 유의적인 음의 상관관계($p<0.001$)가 있어 식생활에 대한 관심이 높은 경우 흡연을 안하는 경향이 있는 것으로 나타났다. 식사에 대한 가치관은 흡연 및 음주와 유의적인 음의 상관관계($p<0.005$)를 보였으나 식사의 규칙성과는 유의적인 상관성이 없었다. 식사의 규칙성은 음주와 유의적인 음의 상관관계($p<0.05$)를 형성하여 식사를 규칙적으로 하는 사람이 음주를 적게하는 경향이 있는 것으로 나타났으나 흡연과는 유의적인 상관성이 없었다. 음주와 흡연은 유의적인 양의 상관관계($p<0.001$)를 나타내 음주를 자주하는 사람들이 흡연도 많이 하고 있는 것으로 나타났다.

IV. 결 론

본 연구은 부산지역 대학생들의 사회인구학적 변인과 식생활에 대한 가치관, 관심, 식사의 규칙성에 대한 조사를 실시하였으며 이에대한 결과를 요약하면 다음과 같다.

1. 식사형태에서 조사대상자의 80%이상이 아침식사, 저녁식사를 밥형태로 식사를 하고 있었으나 점심식사는 60.6%가 밥을, 25.9%가 면류를, 7.2%는 도시락을, 5.7%는 스낵류로 식사를 하고 있었다.

2. 식사의 규칙성에서 아침식사는 49.1%, 점심식사는 42.7%, 저녁식사는 37.2%가 규칙적으로 식사를 하고 있었으며 3끼 식사 모두 남학생이 여학생보다 더 규칙적이었고 유의적인 차이가 있었으며 음주를 안하는 학생이 음주를 자주하는 학생보다 식사를 규칙적으로 하였으며 유의적인 차이가 있었다.

3. 식생활에 대한 가치관에서 영양을 섭취하고 좋아하는 것을 먹는것에 가치를 둔 학생이 각각 37.4%, 22.5%로 조사대상자의 59.9%의 학생들이 건강향상과 즐김의 욕구에서 식생활에 대한 가치관이 형성되어 있는 것으로 나타났으나 이들의 실제 식사상태는 영양을 섭취하고(16.3%) 좋아하는 것을 먹고(17.3%) 있는 학생이 조사대상자의 33.6%로 나타나 가치관과 실제 식사상태와 차이가 있음을 알 수 있었다.

4. 식행동 평가점수에서 남녀 학생사이에는 유의적인 차이가 없었으나 비흡연학생이 흡연학생보다, 음주를 안하는 학생이 자주하는 학생보다, 영양을 섭취하는데 가치를 둔 학생이 공복을 채우는데 가치를 둔 학생보다 식행동 평가점수가 유의적으로 높은것으로 나타났다.

5. 식생활에 대한 관심상태에서 건강에 대한 정보와 식사시 영양균형에 대한 관심이 많은 학생이 각각 11.6%, 12.0%이었으나 체중을 측정하고 식사를 규칙적으로 하는 것에 대해서는 36.6%, 41.8%가 관심을 많이 갖고 있는 것으로 나타났다.

이상의 결과들을 살펴볼 때, 대학생들의 식생활에 대한 올바른 가치관 정립이 필요하며 가치관이 형성되어 있는 학생이라 할지라도 실제 식생활상태 및 관심은 가치관과 다른 것으로 나타났다. 그러므로 앞으로 학생들을 위한 식생활에 대한 가치관 정립과 올바른 식행동 및 건강에 대한 식생활 교육이 실시되어야 하며 특히 음주가 식생활에 영향을 미치는 큰 변인이 될 수 있으므로 이들이 바른 음주 습관을 갖도록 대학에서의 지도가 병행 되어야 하겠다.

참고문헌

1. 문수재역, 영양생태학, 신광출판사, 1989.
2. Schorr, B.C., Sanjur, D., Teen-age food habits, J.Am. Diet.Assoc., **61**: 415, 1972.
3. Parrish, J.B., Applications of changing food habits for nutrition educators, J.Nutr.Ed., **2**: 140, 1970.
4. 정영진, 대학생의 음식기호 조사, 한국영양학회지, **17**: 10, 1984.
5. Driskell, J.A., Keith, R.E., Tangeny, C.C., Nutritional status of white college students in Verginia, J.Am. Diet.Assoc., **74**: 32, 1979.
6. 장유경, 오은주, 선영실, 대학생의 식습관과 건강상태에 관한 연구, 대한가정학회지, **26**: 43, 1988.
7. 김화영, 대학생의 영양지식과 식습관에 관한 조사 연구, 한국영양학회지, **17**: 178, 1984.
8. 정영진, 이정원, 김미리, 대학식당의 식단과 운영실태 조사(1), 한국영양학회지, **15**: 107, 1982.
9. 노정미, 유영상, 서울지역 대학생의 외식실태 및 기호도 조사연구(II), 대한가정학회지, **27**: 65, 1989.
10. 노정미, 유영상, 서울지역대학생의 외식실태 및 기호도 조사연구(I), 대한가정학회지, **27**: 51, 1989.
11. 안숙자, 서울지역 대학생의 외식행동에 관한 연구, 한국식문화학회지 **4**: 383, 1989.
12. 임현숙, 일부지역 여대생의 식생활 실태조사, 대한가정학회지, **18**: 47, 1980.
13. 김정현, 이민준, 양일선, 문수재, 한국인의 식행동에 영향을 주는 요인분석, 한국식문화학회지, **7**: 1, 1992.
14. 野邊收, 消費者 行動調査 解說編, 日本廣告研究所 所報, No.6, 1971.

15. Johnson, J.R., Driskell, J.A., Many factors influence college student's eating patterns, J.Am.Diet.Assoc., **91**: 1380, 1991.
16. 유영상, 대학생의 점심섭취 실태에 관한 조사연구, 대한가정학회지, **14**: 165, 1981.
17. 안숙자, 서울거주자를 대상으로 한 외식에 관한 조사연구, 한국조리과학회지, **1**: 28, 1985.
18. 한명주, 서울지역 대학식당의 이용실태조사, 한국식문화학회지, **7**: 113, 1992.
19. Larmand, E., Paneists, Method for sensory evaluation of food, Canada Dept. of Agriculture, 1967.
20. 이영미, 지역, 연령, 성별에 따른 섭식태도 및 기호도에 관한 실태조사, 연세대학교 대학원 석사학위논문, 1982.
21. Dorcus, R.M., Food habit their origin and control J.Am.Diet.Assoc., **18**: 738, 1942.
22. 황혜선, 목포지역 대학생의 식생활 행동 및 영양실태조사, 한국영양식량학회지, **20**: 65, 1991.
23. Bailey, S., Goldberg, J.P., Eating patterns and weight concerns of college women, J.Am.Diet.Assoc., **89** :95, 1989.