

대전 · 충남 지역 대학생의 편의식품 섭취 실태

정은영 · 임영희 · 박명순¹⁾ · 김미원[†]

대전대학교 식품영양학과, 충남대학교 식품영양학과¹⁾

A Survey of the Consumption of Convenience Foods

Eun-Young Jung, Young-Hee Lim, Myung-Soon Park,¹⁾ Mi-Won Kim[†]

Department of Food and Nutrition, Daejeon University, Daejeon, Korea
Department of Food and Nutrition,¹⁾ Chungnam University, Daejeon, Korea

ABSTRACT

The purpose of this study was to investigate the consumption pattern of convenience food products, and related factors among 229 Chungnam College students in Daejeon, using a written questionnaire. Of the students 31.9% were male, and 68.1% female. The results have been summarized as follows: 1) The averages household income ranged from ₩ 1,500,000 to ₩ 2,000,000 a month. Convenience food intake of lunch was 46%, and of snacks was 31.4%. The frequency of purchasing convenience foods with a manufacturer's date was 6.09 ± 1.16 ; with packing conditions was 5.55 ± 1.21 ; with ingredients listed was 5.43 ± 1.23 , and with a price was 5.40 ± 1.16 . 2) In comparing household income by convenience food intake, those with household incomes ranging from ₩ 2,000,000 to ₩ 2,500,000 had a frequency of convenience food intake of 2 to 3 times per month. When the pocket money level increased, the convenience food intake increased. This study provides information on convenience food intake. (*Korean J Community Nutrition* 7(2): 149~155, 2002)

KEY WORDS: convenience food · household income · manufacturer's date

서 론

고도의 경제 성장, 급격한 산업화, 개인주의화, 야간 활동 인구의 증가, 핵가족화, 소비 패턴의 다양화, 편리성 추구 경향, 여성의 사회 진출 증가 등 사회·환경 요인의 변화는 식생활 형태에 많은 변화를 가져왔다(Lee 등 1989; Kim & Han 1997).

특히 서구형 패스트푸드 형태가 도입되고, 라이프 스타일이 바뀌면서 간단하고 빠르게 식생활을 해결하고자 하는 추세가 현저하게 나타나고 있기 때문에(Jang 1992; Yoon 1999) 식사 시간대와 장소가 다양해지고, 식사 준비의 간편화를 추구하는 식생활 형태의 변화는 외식비의 증가는 물론

기호식품과 가공식품을 비롯한 다양한 편의 식품(convenience foods)을 등장시켰다.

편의 식품은 인스턴트 식품, 즉석식품(quick serve meal), 조리·냉동음식 및 반조리음식(ready-to-eat food) 등으로 정의되고 있으며 편의식품의 요구 및 수요는 급진적으로 증가하는 추세에 있다(Moon 등 1998; Lee 1997; Lee 등 1989; Oh 1993).

우리 나라의 편의식품 개발은 1980년대 초부터 시작되었다. 최근에는 전통음식을 인스턴트화 하기 위한 노력이 증가하여 전통적인 부식인 국과 찌개류도 동결 건조방식으로 쉽게 복원이 가능하도록 개발되었고, 용도도 레저용, 부식용, 주식용, 손님접대 음식에 이르기까지 확대되고 있다(Moon 등 1998).

그러나 대부분의 편의식품들은 비타민이나 무기질이 부족하고 고열량, 고지방, 고염식이 많으므로 이들의 지나친 섭취는 영양 불균형을 초래하는 등 부정적인 영향을 미치고 있음을 간과해서는 안 된다(Jang 1992; Lee & Choi 1994; Lim 1981; Yoon 1999).

채택일: 2002년 4월 1일

Corresponding author: Mi-Won Kim, Department of Food and Nutrition, Daejeon University, 96-3, Yongoon-dong, Dong-gu, Daejeon 300-716, Korea

Tel: 042) 280-2468, Fax: 042) 283-7172

E-mail: Kimmiwon@netsgo.com

대학생은 청년기의 마지막 시기로서 그 다음 단계인 성인기에 정착될 식습관을 예견할 수 있는 시기라 할 수 있을 것이다(Joung 1984). 일단 형성된 개인의 식습관은 고치기 힘들지만 영양·식품·식습관의 중요성에 관한 지식을 터득하게 되면 스스로 바람직한 음식을 선택할 능력이 생기고, 식품선택이 반복되어 기호가 바뀌면 새로운 식습관이 형성된다(Park 등 1989; Ham 1983).

본 연구는 대학생의 편의 식품 섭취 실태를 조사하여, 대학생들의 편의 식품 이용과의 관련성을 분석하고 대학생들의 바람직한 식생활에 도움이 될 수 있는 편의 식품 이용에 대한 기초 자료를 제공하고자 한다.

연구 방법

1. 조사대상 및 기간

본 조사는 2000년 4월 7일부터 4월 18일까지 11일간이었으며 대학 재학생 250명을 대상으로 하여, 충남 80명, 대전 170명을 단순임의 추출하여 실시하였다. 회수된 설문지 가운데 불완전한 응답 설문지를 제외하고 총 229부(91.6%)를 자료 처리에 이용하였다.

2. 조사내용 및 방법

본 연구에서는 자료의 수집을 위해 조사 대상자에게 편의 식품에 관한 기초지식에 대해 설명한 뒤, 자기기록 방법으로 총 20분 동안 설문지에 완전히 응답하게 하였다.

1) 일반사항

조사대상자의 성별, 거주 형태, 가족의 월 평균 수입, 월 평균 용돈, 어머니의 직업 유무를 조사하였다.

2) 편의식품 섭취실태

편의식품은 선행 연구(Kwak 등 1997; Kwak 등 1993; Moon 등 1999; Moon 등 1998; Yoon 등 1998)를 바탕으로 크게 냉동식품, 통조림, 냉장식품, 즉석식품, 편의점 식품 등 5가지로 분류하였다. 냉동식품에는 냉동 튀김, 만두, 볶음밥, 육가공 식품, 통조림은 고기, 수산물, 채소, 과일 통조림, 냉장식품은 포장김치, 훈제 육류, 어묵류, 즉석식품은 포장밥, 레토르트, 봉지라면, 컵라면, 씨리얼, 편의점식품으로는 김밥류, 샌드위치류, 햄버거류, 삶은(구운) 달걀로 분류하였다. 편의식품의 섭취 실태는 1998년도 국민건강·영양조사 결과보고서의 식품별 섭취빈도조사표(보건산업진흥원 1999)를 본 연구 목적에 맞도록 수정하여 사용하였다.

3) 편의식품에 대한 인식 정도

편의식품의 '이용 시기', '구입 시 유통기한의 확인 여부',

'조리방법', '문제점', '선택 기준', '편의식품에 대한 견해'를 기준에 이용했던 방법(Jang 1992; Cho & Lee 1991)을 토대로 하여 총 19문항으로 구성하였고, '편의식품 선택 기준'과 '편의식품에 대한 견해'에 대해서는 Likert 7점 척도를 이용하여 질문하였다.

3. 자료의 처리

자료의 처리는 SPSS 통계 package(Won & Jung 1999)를 이용하였으며 연구 내용별로 사용된 통계처리 방법은 다음과 같다.

1) 조사대상자의 일반사항은 단순 빈도와 백분율을 구하였고, 편의식품 섭취 실태는 평균과 표준편차를 계산한 뒤 t-test를 통해 유의성을 검증하였다.

2) 각 항목별 유의성 검증을 위해 χ^2 -test를 실시하였다.

3) 편의식품의 섭취빈도와 '가족 수입', '한달 용돈' 간의 관련성은 Pearson's correlation을 이용하여 상관관계를 알아보았다.

4) 편의식품 섭취와 '가족 수입', '한달 용돈' 간의 유의적인 차이를 검증하기 위해 GLM(General Linear Model)을 실시하였고, 사후검정은 Duncan's multiple range test를 실행하였다.

결과 및 고찰

1. 일반사항

일반사항은 Table 1에 제시되어 있는 바와 같이 남자 73명, 여자 156명으로 전체 응답자 229명 가운데 남녀의 비는 각각 31.9%와 68.1%이었으며, 지역별로는 대전 지역의 대학생이 157명(68.56%), 충남지역이 72명(31.44%)이었다. 조사 대상자들의 거주 형태는 자택에 거주하는 집단, 하숙이나 자취를 하는 집단, 기숙사 생활을 하는 집단, 친구나 친척집에 머무는 집단으로 분류하여 대학생의 전반적인 거주 형태를 살펴보았다. 자택거주자는 66.4%로 대부분의 대학생들이 가족과 함께 자택에서 살고 있었으며, 하숙이나 자취는 24.9%, 기숙사는 4.8%, 친구나 친척집은 3.9%로 나타났다. 남자의 경우 하숙·자취(45.2%)의 비율이 여자(15.4%)에 비해 월등히 높게 나타났으며 자택거주자는 여자의 경우 73.1%로 남자(52.1%)보다 높았다. Lee 등(1994)의 연구에서도 대학생의 성별 거주형태는 자택거주는 여학생이 높게 나타났으며, 하숙과 자취는 남학생이 높게 나타나 본 연구결과와 일치하였다.

조사대상자의 월 평균 가족 수입은 150~200만원(35.0%)이 가장 높게 나타나 1999년 3/4분기 도시 근로자 가구 당

Table 3. A time of convenience food intake N (%)

	Male	Female	Total	χ^2 -value
Breakfast	6 (8.3)	4 (2.6)	10 (4.4)	16.266**
Lunch	20 (27.8)	84 (54.5)	104 (46.0)	
Supper	15 (20.8)	26 (16.9)	41 (18.1)	
Snack	31 (43.1)	40 (26.0)	71 (31.4)	
Total	72 (100.0)	154 (100.0)	226 (100.0)	

** : $p < 0.01$ **Table 4.** Check up manufacturing date of convenience food N (%)

	Male	Female	Total	χ^2 -value
Always	32 (44.4)	92 (59.7)	124 (54.9)	12.222**
Sometimes	28 (38.9)	56 (36.4)	84 (37.2)	
Never	12 (16.7)	6 (3.9)	18 (8.0)	
Total	72 (100.0)	154 (100.0)	226 (100.0)	

** : $p < 0.01$

두 등의 순서 높게 나타난 반면, 본 연구에서는 냉동튀김, 김치, 라면, 냉동 육류 등의 순으로 높게 나타나 이용빈도에 다소 차이가 있음을 볼 수 있다.

3. 편의식품에 대한 인식

Table 3은 하루 중 편의식품을 주로 이용하는 시기를 나타낸 것이다. 남자의 경우 간식(43.1%), 점심(27.8%), 저녁(20.8%), 아침(8.3%)의 순으로 나타났고, 여자는 점심(54.5%), 간식(26.0%), 저녁(16.9%), 아침(2.6%)의 순을 보여 편의식품을 남자는 간식, 여자는 간편한 점심식으로 이용하는 경향이 나타남을 볼 수 있다($p < 0.01$).

한편, 편의식품 구입 시 유통기한의 확인 여부는 남자의 경우, '매번 확인한다'가 44.4%, 여자는 59.7%로 남녀 모두 유통기한에 매우 신경을 쓰는 것으로 나타났으며($p < 0.01$), '가끔 확인한다'는 남자가 38.9%, 여자가 36.4%로 유통기한을 확인하는 것에 대해서는 대부분 관심을 갖고 있는 것을 볼 수 있다(Table 4).

편의식품의 조리방법은 남자의 경우 전자레인지 이용이 52.8%로 가장 많았고, 여자는 끓이기가 50.3%로 가장 많았다. 조리 방법에 있어서 남녀간에 차이($p < 0.05$)를 보이는데 여자보다 남자가 간편한 조리법인 전자레인지 이용률이 높은 것을 볼 수 있다(Table 5).

Table 6은 편의식품의 문제점에 대해서 지적한 사항으로 '영양의 불균형(37.9%)', '값이 비싸다(28.2%)', '맛이 없다(18.1%)' 등의 순으로 답하였다. 유의적인 차이는 없었지만 남자의 경우는 값이 비싸다(31.9%)가 가장 큰 문제점이라고 지적한 반면 여자는 영양의 불균형(42.6%)을 지적하여 남녀간에 편의식품에 대한 문제점 인식이 다소 차이가 남을

Table 5. Cooking method of convenience food N (%)

	Male	Female	Total	χ^2 -value
Without cooking	7 (9.7)	18 (11.6)	25 (11.0)	8.907*
Microwave oven	38 (52.8)	50 (32.3)	88 (38.8)	
Boiling	24 (33.3)	78 (50.3)	102 (44.9)	
Fry or broil	3 (4.2)	9 (5.8)	12 (5.3)	
Total	72 (100.0)	155 (100.0)	227 (100.0)	

* : $p < 0.05$ **Table 6.** Problem of convenience food N (%)

	Male	Female	Total	χ^2 -value
High price	23 (31.9)	41 (26.5)	64 (28.2)	7.498
Nutrition unbalance	20 (27.8)	66 (42.6)	86 (37.9)	
Unfaithful packing	4 (5.6)	11 (7.1)	15 (6.6)	
Tasteless	17 (23.6)	24 (15.5)	41 (18.1)	
Restriction of kind	4 (5.6)	10 (6.5)	14 (6.2)	
Packing unit incompatible	4 (5.6)	3 (1.9)	7 (3.1)	
Total	72 (100.0)	155 (100.0)	227 (100.0)	

볼 수 있다. Jang (1992)의 연구에 의하면 가공·편의식품을 자주 이용하지 않는 이유는 '건강에 좋지 않다', '가격이 비싸다'의 순으로 나타나 본 연구와 유사한 결과가 나타났다. 또한 Ahn (1989)의 연구에서도 유사한 결과를 보였다.

Table 7은 편의식품에 대한 견해이다. 가장 높은 점수를 나타낸 항목은 유통기한(6.21 ± 0.99)이었으며, 그 다음으로 위생(6.11 ± 0.94)과 맛(6.04 ± 0.90)으로 나타났다. 가격(5.49 ± 1.07)과 간단한 조리법(5.24 ± 1.03), 영양(5.21 ± 1.31)은 약간 중요하게 여기고 있었으며, 포장과 디자인(4.60 ± 1.19)과 상표(4.13 ± 1.23)는 다른 항목에 비해 중요도가 떨어지는 것으로 나타났다. 남녀간을 비교해보면 남자는 유통기한(6.16 ± 1.01), 맛(6.03 ± 0.85), 위생(5.95 ± 0.96)의 순을 보였고, 여자는 유통기한(6.21 ± 0.99), 위생(6.11 ± 0.94), 맛(6.04 ± 0.90)의 순으로 나타났다. 이상과 같이 편의식품에 대해서는 유통기한과 위생적인 면을 매우 중요하게 여기는 것을 볼 수 있다. 영양적인 면($p < 0.01$)과 가격 ($p < 0.05$)은 남녀간에 유의적인 차이를 보였다.

Table 8은 편의식품 구입 시 선택 기준에 대한 사항으로 가장 중요하게 생각하는 것은 제조일자(6.09 ± 1.12)를 꼽았으며, 포장상태(5.55 ± 1.21), 제품의 성분(5.43 ± 1.23), 가격(5.40 ± 1.16) 등의 순으로 나타났다. 이는 편의식품에 대해 갖고 있는 생각이 제품의 구입 시에 곧바로 적용된다고 볼 수 있겠다.

Table 10. Pearson's correlation by convenience food intake and general characteristics

		Family monthly income	Monthly pocket money
Frozen food	Fries	0.043	0.167*
	Mandoo	0.040	0.067
	Pilaff	0.100	0.118
	Meat	0.015	0.060
Canned food	Meat	0.108	0.220**
	Sea food	0.011	0.055
	Vegetable	0.061	0.065
	Fruit	0.082	0.092
Refrigeration food	Kimchi	0.104	0.091
	Smoked meat	0.006	0.126
	Fish paste	0.026	0.167*
Instant food	Packing rice	0.116	0.099
	Retorte	0.081	0.078
	Noodle	0.059	0.062
	Cup noodle	0.159*	0.278**
	Cereal	0.092	0.040
Convenience store food	Kimbab	0.213**	0.183**
	Sandwich	0.200**	0.188**
	Hamburger	0.148*	0.212**
	Boiled egg	0.120	0.151*

*: significantly different at $p < 0.05$ by Pearson's correlation
 **: significantly different at $p < 0.01$ by Pearson's correlation

요약 및 결론

대전 · 충남 지역의 대학생 229명을 대상으로 편의식품 이용 및 실태에 대하여 조사한 결과는 다음과 같다.

1) 설문에 응답한 학생들은 남자 31.9%, 여자 68.1%이었으며, 월 평균 가족 수입은 150~200만원(35.0%)이 가장 높고, 150만원 미만(25.0%), 200~250만원(18.6%), 250~300만원(11.8%), 300만원 이상(9.5%)의 순으로 나타났다. 한달 용돈은 10~15만원(29.3%)이 가장 많았고, 10만원 미만(23.1%), 20~25만원(17.5%), 15만원~20만원(16.6%), 25만원 이상(13.5%)의 순을 보였다.

2) 편의식품은 '냉동 튀김류'의 섭취빈도가 가장 높았고, '포장밥'의 섭취빈도가 가장 낮았다. 이용 시기는 46.0%가 '점심'에, 31.4%가 '간식'으로 이용한다고 하였으며, 유통기한은 남자의 경우 44.4%, 여자의 경우 59.7%가 '매번 확인한다'고 답해 유통기한에 대한 인식이 매우 강하게 자리 잡고 있는 것으로 나타났다. 조리 방법은 주로 '끓이거나 삶는 방법(44.9%)', '전자레인지 사용(38.8%)', '그대로 먹는다(11.0%)'의 순으로 나타나 편의식품의 이용시 간단한 조리 방법을 선호하는 것으로 나타났다. 편의식품의 문제점에 대

해서는 '영양의 불균형(37.9%)', '값이 비싸다(28.2%)', '맛이 없다(18.1%)' 등을 지적하였고, 편의식품에 대해 가장 중요하게 생각하는 사항은 '유통기한'이며, 편의식품 구입시 가장 신경 쓰는 것은 '제조일자'로 나타났다.

3) 편의식품 섭취빈도는 평균적으로 주 1회 정도이며, 남자가 여자보다 이용 빈도가 높았다. 가족의 월수입이 200~250만원일 때 편의식품 이용 빈도가 가장 높았고, 그보다 월수입이 많거나 적으면 편의식품 섭취빈도도 낮아졌다. 또한 한달 용돈이 많을수록 편의식품 섭취 빈도도 높게 나타났다.

조리가 간편하여 식사시간을 줄일 수 있는 이점 때문에 점심이나 간식과 같은 간편한 식사로 이용되고 있는 편의식품은 점차 이용범위가 확대될 것으로 생각된다. 따라서 합리적인 영양지식을 바탕으로 편의식품을 선택할 수 있도록 영양교육이 제공되어야 할 필요성이 요구된다.

참고 문헌

김기숙 · 한경선(1997) : 교양을 위한 음식과 식생활 문화, 대한 교과서
 오세영(1993) : 생물학적, 문화적 측면에서 본 한국인의 식생활 행동 - 지난 50여 년을 중심으로 -. *한국식문화학회지* 8(4) : 373-379
 원태연 · 정성원(1999) : 통계조사분석, 고려정보산업(주)
 윤 선(1999) : 한국형 건강편의식 개발 전략과 조리과학의 역할. *한국조리과학회지* 15(4) : 430-439
 이경은(1997) : 한국음식의 편의식 개발을 위한 주부들의 인식 조사 및 쿡릴시스템을 이용한 고등어조림 생산과정의 품질평가. 연세대학교 석사논문
 장현숙(1992) : 농촌주부의 가공식품 이용실태에 관한 조사연구 - 경상북도 일부지역을 중심으로 -. *안동대학교 논문집* 제14집 : 143-159
 한국보건산업진흥원(1999) : 1998년도 국민건강 · 영양조사 결과 보고서(영양조사부문), pp.234-251, 보건복지부
 함인숙(1983) : 주부의 식품 선택에 영향을 미치는 요인 분석에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원 석사논문
 통계청(1999) : 1999년 3/4분기 도시근로자가구의 가계지수동향
 Ahn SJ (1989) : A Study on Images and Consumption about Instant Food of Homemakers in Kyung-kido Area. *J Korea Society of Food & Cookery Science* 5(2) : 75-90
 Cho WK, Lee JM (1991) : The Study on the Tendency of Consumption in some Processed Convenient Food according to Household Income Levels. *J Korea Society of Food & Cookery Science* 7(2) : 51-75
 Jung YJ (1994) : Food Preferences of College Students. *Korean J Nutrition* 17(1) : 10-19
 Kwak DK, Lee KA, Ryu ES (1993) : Consumer Demands for Prepared Frozen or Refrigerated Foods and Industry's Response to Consumer Demands. *J Korea Society of Food & Cookery Science* 9(3) : 230-238
 Kwak DK, Lee KE, Park HW, Ryu K, Choi EJ, Hong WS, Jang HJ,

- Kim SH (1997): The Survey of Housewives Perception for the Development of Refrigerated Convenience Foods for Koreans. *The Korean Society of Dietray Culture* 12(4): 391-400
- Lee KC, Lee EY, Lee KY, Kim MJ, Kim YO, Hwang IK (1989): A Study on the Consumer Behavior in the Industrial Society - Commodity Substitution and Buying Behavior for Food, Clothing and Shelter of Households in Seoul -. *J Korean Home Economic Association* 27(2): 115-132
- Lee YN, Choi HM (1994): A Study on the Relationship between Body Mass Index and the Food Habits of College Students. *The Korean Society of Dietray Culture* 9(1): 1-10
- Lim HS (1981): The Relationship Between the Food Habit and the Health Responses to the Today Health Index. *Korean J Nutrition* 14(1): 9-15
- Mun SJ, Yoon HJ, Kim JH, Lee YJ (1999): A Factor Analysis on the Value System of Convenience Foods by Korean College Students. *J Korea Society of Food & Cookery Science* 15(4): 327-337
- Mun SJ, Yoon HJ, Kim JH, Lee YJ (1998): A Study on the Perception and Consumption Pattern of Convenience Foods by Korean College Students. *The Korean Society of Dietray Culture* 13(3): 227-239
- Park YJ, Cho SH, Lee HJ (1989): The Effect of Knowledge about Foods on the Foods Purchasing. *J Korea Society of Food & Cookery Science* 5(2): 63-73
- Yoon S, Son KH, Kwak DK, Kim JS, Kwon DJ (1998): Consumer Trends on Dietary and Food Purchasing Behaviors and Perception for the Convenience Foods. *The Korean Society of Dietray Culture* 13(3): 197-206