J. East Asian Soc. Dietary Life
Vol. 13, No. 1(2003)

청소년의 성별에 따른 식생활 태도 및 식품기호도

유 지 은 · 박 금 순†

대구가톨릭대학교 가정관리학과

A Study of the Dietary Behavior and Food Preference of Adolescents

Ji-Eun Yoo and Geum-Soon Park†

Dept. of Home Management, Catholic University of Daegu

Abstract

The purpose of this study was to provide the guidelines for the dietary life by analyzing and studying the dietary behavior and food preference based on the gender. In the questions whether students' food preference is similar to their parents' or not, girls answered their food preferences were similar to them(M = 3.36), but boys not (M = 2.90). In the question if the knowledge learned in school has an effect on the choice of food, girls and boys answered it did not affect them, but there was a slight difference according to the gender; boys(M = 2.54) were under less influence than girls (M = 2.88). According to the gender, there was a meaningful difference in the food preference in meat, eggs, fish and shell, beans, milk and milk products, anchovies, fruits, fats and oils, beverage, and processed food. School education had a little influence on the habits of dietary life, only 8.0%. So more practical nutrition education was needed.

Key words : gender, dietary behavior, food preference.

Ⅰ. 서 론

김정현 등(1992), 정효숙(1999)은 한개인의 식생활태도가 형성되는 시기는 유아기로부터 사춘기 이전이라는 견해가 일반적이며 개인의 식생활태도의 형성에 영향을 주는 요인으로는 사회인구학적변인(Mazur & Sanders 1988, Macneill etc. 1988, Worsley & Crawford 1988), 개인의 신체적 정신적 조건(Dundas & futrell 1897, Macdonald 1983, Evan & Hall 1983), 지역적, 경제적, 문화 종교적, 가족 구성원 특히 부모의 교육수준, 대중매체의 효과 등을 들 수 있다(김기남 1982). 또한 남녀의 성별과 연령의 차이도 식습관과 식품선호도에 영향을 미치는 요인이 된다. Hodkinson(1988)은 남자는 출생시부터 여자와는 다른 사회적 행동 규제를 받으며 자라게 되고, 성인기 이후가 되면서도 상이한 사회적, 환경적 요인에 처하게 된다. 이로 인하여 그들의 가치관이나 생활 양상에 뚜렷한 차이를 보이게 되어 식생활에 대한 관심도나 영양지식 등에서도 차이를 나타내게 된다. 식습관과 식품선호도는 대부분 사춘기 이전에 형성되며, 이들은 지속성이 있어서 교육 등의 변화 요인에 저항성을 가진다고 한다(Bell etc. 1981, 문수재 · 이명희 1987). 그러나 최근 우리사회가 급속히 산업화, 정보화, 핵가족화 되고 다른 나라의 문화와 물자의 수입이 개방됨에 따라서 우리들 개개인이 경험하게 되는 식생활의 형태와 내용도 빠르게 변하고 있다(문수재 · 김정희 1993, Paul 1986). 각 세대별로 경험해 온 식생활 문화가 크게 다름으로 인하여 연령대별 식습관과 식품선호도도 크게 다른 특징을 나타낼 것이다. 이에 본 조사 연구에서는 경주시내 남녀 고등학생을 대상으로 식생활태도와 식품기호도를 조사하여 식생활의 특징과 문제점들이 남녀 성별에 따라 어떻게 나타나는지를 파악하여 조사해 보고자 실시하였다.

Ⅱ. 연구방법

1. 조사대상 및 기간

조사대상학교는 경주시내 남녀 고등학교 3개교씩을 임의로 선정하여 2학년 학생들을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 총 배부된 설문지는 411부였고 회수된 설문지는 392부였으나 자료분석에 유효한 것은 352부였다. 조사기간은 2001년 9월 22일에서 9월 27일까지 실시하였다.

2. 조사내용

1) 조사대상자의 일반적 사항

조사대상자의 일반사항으로 부모나이, 부모 교육수준, 부모의 직업, 소득수준, 가족의 수, 형제자매의 수를 성별로 조사하였다.

2) 조사대상자의 식생활태도

식생활태도는 김기남(1982)과 문수재(1987)의 방법을 참고로 하여 친구들과 함께 식사함을 좋아함, 식사량의 규칙성, 음식을 먹는 속도, 인스턴트 식품을 좋아함, 음식을 골고루 먹음, 부모님과의 식성 유사여부, 학교에서 배운 지식이 식품선택에 영향을 주는 정도, 음식을 먹는 분위기가 식사량에 영향을 미치는 정도, 스트레스시에 식사량의 증가 여부 등 9항목으로 구성하여 직접 설문지를 작성하였다.

3) 조사대상자의 식생활태도의 영향요인

남녀에 따른 식생활태도에 영향을 준 요인을 알아보기 위해 종교, 부모님, 매스컴 및 책, 학교, 친구의 5항목으로 문항을 작성하였다.

4) 조사대상자의 식품기호도

식품기호도는 박금순 · 박어진(1997)의 방법을 참고로 하여 식품군별로 1군 단백질식품은 육류, 난류, 어패류, 두류로, 2군 칼슘식품은 우유 및 유제품, 뼈째먹는 생선으로, 3군 비타민 및 무기질 식품은 과일류, 녹황색 채소, 담색채소 및 버섯류 해조류로, 4군 당질식품은 곡류, 서류, 당류로, 그리고 5군 지질식품으로 나누어 문항을 작성하고 음료수류와 가공식품 항목을 추가하였다. 기호도는 5점 척도로 「매우좋아한다」 5점, 「좋아한다」 4점, 「보통이다」 3점, 「싫어한다」 2점, 「매우 싫어한다」 1점을 주어 얻어진 점수로써 개인의 식품기호도를 분석하였다.

5) 조사대상자의 식품기호도의 영향요인

1군 단백질식품, 2군 칼슘식품, 3군 비타민 및 무기질식품, 4군 당질식품, 5군 지방식품 각각에 대하여 식품기호도에 영향을 미치는 요인을 알아보았다.

6) 맛의 선호도

맛의 선호도는 민영희 · 박금순(1997)의 방법을 이용하여 단맛, 신맛, 짠맛, 쓴맛, 매운맛 항목으로 나누어 문항을 작성하였다.

3. 자료처리 및 분석방법

본 자료는 SPSS WIN 9.0 Program을 이용하여 분석하였다. 일반적 특성을 파악하기 위해서 빈도와 백분율을 산출하였으며, 남녀에 따른 식생활태도 및 식품기호도의 차이검증을 위하여 T-test와 변량분석을 실시하였고, 사후 검증을 알아보기 위해 Duncan`s multiple range test를 실시하였다. 각 식품 기호도에 미치는 영향력 있는 변인을 파악하기 위해 Stepwise에 의한 다중회귀분석을 실시하였다.

Ⅲ. 결과 및 고찰

1. 조사대상자의 일반적 사항

조사대상자의 일반적인 특성은 표 1과 같다. 부의 연령은 '41~50세'가 78.9%로 가장 많은 비율을 보이고, 모의 연령 역시 '41~50세'가 82.3%로 대부분을 차지하였고 교육수준은 '고졸이상'이 부의 경우 65.3%, 모의 경우 52.4%로 부의 교육수준이 다소 높게 나타났다.

부의 직업에서 '자영업자'가 28.9%로 가장 많았고 모의 경우는 '전업주부' 34.7%, '자영업자' 22.5%로 나타나 직업을 가지고 있는 주부의 비율도 다소 높게 나타났다.

소득은 '100만원 이상~150만원 미만'이 41.1%로 가장 많았고, 가족의 수는 4명이 50.3%, 5명 이상도 42.3%로 비슷한 비율을 보였다. 형제 자매의 수는 1명 있는 가정이 57.4%, 2명 이상이 42.6%로 나타났다.

2. 성별에 따른 식생활 태도

남 · 여의 식생활태도에 관한 결과는 표 2와 같이 다섯 가지 항목에서 차이를 보였다.

친구들과 식사하는 것을 좋아하는가'에서 유의한 차이($p<.05$)를 나타냈는데 여학생($M=4.47$)이 남학생($M=4.33$)보다 더 좋아하는 것으로 나타났다. 문수재 · 김정희(1993)는 한국과 미국의 대학생들 역시 친구들과 같은 음식을 선호하는 경향을 보인다고 했는데 이는 청소년기의 대부분이 또래 친구들과 어울려 사회성이 발달하는 것과 관련이 있다고 사료된다.

표 1. 조사대상자의 일반적 특성

변 인	집 단	N	%
부의 연령	41~50세	276	78.9
	51~60세 이상	74	21.1
	계	350	100.0
모의 연령	31~40세	38	11.0
	41~50세	285	82.3
	51~60세	23	6.7
	계	346	100.0
부의 교육수준	국 졸	52	14.8
	중 졸	68	19.3
	고 졸	162	46.0
	대 졸	54	15.3
	대졸 이상	14	4.0
	계	350	100.0
모의 교육수준	국 졸	60	17.3
	중 졸	105	30.3
	고 졸	152	44.0
	대졸 이상	29	8.4
	계	346	100.0
부의 직업	무 직	15	4.3
	단순근로자	61	17.4
	자영업자	101	28.9
	사무직	42	12.0
	관리직	13	3.7
	전문직	42	12.0
	기 타	76	21.7
	계	350	100.0
모의 직업	전업주부	120	34.7
	단순근로자	47	13.6
	자영업자	78	22.5
	사무직	19	5.5
	전문직	13	3.8
	기 타	69	20.0
	계	346	100.0
소득수준	100만원 미만	48	13.6
	100만원~150만원 미만	145	41.1
	150만원~200만원 미만	91	25.5
	200만원~300만원 미만	44	13.0
	300만원 이상	22	6.8
	계	352	100.0
가족의 수	5명 이상	149	42.3
	4명	177	50.3
	3명 이하	26	7.4
	계	351	100.0
형제자매의 수	3명 이상	45	12.8
	2명	105	29.8
	1명	202	57.4
	계	352	100.0

*전체빈도의 차이는 missing value에 의한 것임.

표 2. 남녀별 식생활 태도

식생활 태도	성별	N	M±S.D	T-value
친구들과 함께 식사하는 것을 좋아합니까?	남	180	4.33±0.73	-1.780*
	여	172	4.47±0.65	
매끼 식사량은 규칙적입니까?	남	180	3.25±1.05	1.311
	여	172	3.10±1.11	
음식을 먹을 때 천천히 먹습니까?	남	179	2.72±1.04	-0.317
	여	172	2.76±1.04	
인스턴트 식품을 좋아합니까?	남	180	3.41±0.97	1.80*
	여	172	3.22±1.01	
음식을 골고루 먹습니까?	남	180	3.38±0.98	0.698
	여	172	3.31±1.04	
본인식성은 부모님과 비슷합니까?	남	180	2.90±1.15	-3.786***
	여	171	3.36±1.11	
학교에서 배운 지식이 식품선택에 영향을 줍니까?	남	180	2.54±1.05	-3.380***
	여	172	2.88±0.85	
음식을 먹는 분위기가 식사량에 영향을 줍니까?	남	180	2.22±0.96	0.395
	여	170	2.18±0.94	
스트레스를 받으면 식사량이 증가합니까?	남	180	2.78±0.80	-5.108***
	여	172	3.24±0.89	

*p<.05, ***p<.001.

'인스턴트 식품을 좋아합니까'에서 역시 유의한 차이(p<.05)를 보였는데 남학생(M=3.41)이 여학생(M=3.22)보다 높았다. 정효숙(1999)은 인스턴트 식품을 먹는 비율이 낮은 연령층으로 갈수록 대단히 높다고 했는데, 1주에 2~3회 인스턴트 식품을 먹는 비율이 20대가 72.9%인데 비하여 60대는 16.7%로 조사되었다. 인스턴트 식품을 가장 많이 이용하는 이유는 편리함을 들 수 있으나 연령이 높을수록 인스턴트 식품에 대한 거부감이 큰 것으로 나타났다. 장유경(1981)등은 인스턴트 식품을 많이 섭취할수록 피로감이나 피부 및 소화기의 장애를 호소하는 비율이 높았다고 했으며, 임현숙(1981)은 식습관 점수가 낮은 집단일수록 인스턴트 식품의 섭취율이 높고 자각적 건강상태가 좋지 못하다고 하였다. 그러나 오늘날 인스턴트 식품의 이용도가 계속 증가하고 있으므로 청소년들에게 인스턴트 식품을 선택하는데 필요한 지식, 예를 들면 식품재료의 종류, 신선도, 인공첨가물, 유통기한 등의 다각적인 측면에서의 영양교육이 필요하다고 사료된다.

'본인 식성은 부모님과 비슷합니까'에서 여학생(M=3.36)이 남학생(M=2.90)보다 유의적으로 높았다(p<.001). 이는

남학생이 여학생보다 인스턴트 식품을 더 좋아하였고 연령이 높을수록 싫어하는 경향이 크게 나타나므로 남학생이 부모님과의 식성이 비슷하지 않다는 결과를 얻을 수 있다. 어느 문화권이든지 식사는 공동체적 성격을 띄고 있으며 식사를 통해서 친교와 나눔이 이루어질 수 있는데 현재 우리나라 고등학생들이 대부분의 시간을 학교에서 보내는 실정이므로 부모님과 식사를 함께 하는 것이 어려운 현실이다. 그러나 문수재 · 김정희(1993)는 한국과 미국의 20대의 남녀가 부모님과 같은 음식을 선호하였고, 적어도 하루의 한끼는 가족들과 함께 하는 것이 중요하다는 의식을 가지고 있었다.

학교에서 습득한 지식이 식품선택에 미치는 영향력을 알아 본 결과 남학생(M = 2.54)이 여학생(M = 2.88)에 비하여 영향을 덜 받는 것으로 나타났다($p<.001$). Byrd(1988)등은 고등학교에서 영양교육을 실시한 결과, 학생들이 영양밀도가 낮은 식품의 선택을 자제하는 등 영양을 이해하고 현재와 미래의 식사를 현명하게 선택하는데 기여한다고 하였으며, Skinner(1991)와 Mitchell(1990)은 교양 영양학 과목을 수강한 대학생들의 식행동 변화에서 식사의 적절성과 영양소의 균형섭취에 대한 인식이 높아지는 등 바람직한 결과를 관찰하였다. Song(1997) 역시 교양으로 식품영양학 강의를 받은 학생들이 강의를 받지 않은 학생들에 비해 영양지식과 식습관 점수가 유의하게 높았다고 하였고, Lee · Kim(1997)은 영양강좌를 통해 영양지식이 향상됨에 따라 규칙적인 식사를 하게 되는 등 식행동에 있어 바람직한 변화를 보였다고 하였다. 이미숙 · 우미경(1999)은 교양 영양학 과목 수강으로 남녀 대학생들 각각의 식생활 태도가 바람직하게 변화했다고 보고하였다. Eppiright(1970)도 영양지식이 높을수록 가족의 균형식사, 식생활태도 형성에 많은 영향을 주었다고 발표하였는데 이로 미루어 보아 보다 바람직한 식생활태도를 형성하는데 있어서 학교교육은 많은 영향을 줄 수 있다고 생각된다. 그러므로 학생들이 본인 스스로의 식생활을 점검하고 이를 개선하는데 실제적인 교육이 필요하며 더욱 효과적이고 실천적인 수업내용과 다양한 방식의 영양교육접근이 절실히 요구된다.

'스트레스를 받으면 식사량이 증가합니까'에서 남학생(M = 2.28)은 증가되지 않는 반면 여학생(M = 3.24)은 식사량이 증가되는 것으로 나타나 남녀간의 유의한 차이가 있었다($p<.001$). 김경희(1998)의 연구에서는 성인남자의 경우 '스트레스시에 음식량의 변화'에서 '변화 없다' 55.2%, '감소한다' 28.4%, '증가한다' 16.4%라고 하였고 여자의 경우는 37.8%가 '증가한다'고 답하였고, '감소한다' 33.7%, '변화없다' 28.4% 순으로 답하여 남녀간의 뚜렷한 유의적인 차이를 나타내어 본 연구와 일치된 결과를 보였다.

표 3. 남녀별 식생활 태도의 영향요인 N(%)

항목	종교	부모님	매스컴 및 책	학교	친구
남	2(1.1)	106(59.2)	24(13.4)	18(10.1)	29(16.2)
여	·	106(62.4)	24(14.1)	10(5.9)	30(17.6)
계	2(0.6)	213(60.7)	48(13.8)	28(8.0)	59(16.9)

3. 식생활태도의 영향요인

남녀별 식생활태도에 영향을 주는 요인을 알아본 결과 표 3과 같다.

식생활 태도에 영향을 주는 요인으로 남학생의 59.2%, 여학생의 62.4%가 '부모님'이라고 하였고 다음으로 '친구, 매스컴 및 책, '학교, '종교'의 순으로 나타났는데 '학교 교육'의 영향은 8.0 % 밖에 되지 않았다.

4. 성별에 따른 식품기호도

성별에 따른 식품기호도의 결과는 표 4와 같다. 모든 식품군에서 남학생이 여학생보다 유의적으로 높은 기호도를 보였다. 단백질 식품에서는 육류($p<.001$), 난류($p<.01$), 어패류($p<.05$), 두류($p<.001$) 4가지 식품 모두 남학생이 여학생보다 더 좋아하는 것으로 나타났는데, 특히 육류와 두류에서 큰 차이를 보이고 있다. 칼슘급원 식품인 우유 및 유제품($p<.001$), 뼈째 먹는 생선($p<.001$)도 남학생이 여학생보다 유의적으로 더 좋아하는 것으로 나타났다. 비타민 및 무기질 식품에서는 과일류($p<.05$)에서만 남학생이 여학생보다 유의하게 기호도가 높은 것으로 나타났고 그 외 채소와 버섯류, 해조류는 남녀간 차이가 없었다.

당질식품에서는 당류($p<.05$)만 남학생이 여학생보다 유의하게 기호도가 높은 것으로 나타났고, 곡류와 서류는 차이가 없었다.

지질식품군($p<.001$) 그 외 음료($p<.01$), 가공식품($p<.001$)에서도 남학생이 여학생보다 유의적으로 높은 기호도를 나타냈다. 식품군 전체에서 남학생이 가장 좋아 하는 것은 음료수(M = 4.42)였고, 여학생이 가장 좋아하는 식품은 과일류(M = 4.27)인 것으로 나타났다.

5. 성별에 따른 맛의 선호도

맛의 선호도를 남녀별로 살펴본 결과 남학생은 '단맛'>'매운맛'>'짠맛'>'신맛'>'쓴맛'의 순으로 좋아하고, 여학생은 '매운맛'>'단맛'>'신맛'>'짠맛'>'쓴맛'의 순으로 나타나 남학생은 '단맛'을 가장 좋아하는 데 반해 여학생은 '매운맛'을 가장 좋아하는 것으로 나타났다. 그러나 신금희(1990)는 남학생은 '매운맛'>'단맛'>'짠맛'>'신맛'>'쓴맛' 순이라 하였고 여학생

표 4. 남녀별 식품기호도

식품군		남 M±S.D	여 M±S.D	T-value
단백질식품 (1군)	육류	3.97±.64	3.47±.71	6.950***
	난류	4.04±.75	3.85±.79	2.308**
	어패류	3.46±.66	3.31±.68	2.099*
	두류	3.62±.67	3.33±.76	3.745***
칼슘식품 (2군)	우유 및 유제품	4.06±.63	3.72±.71	4.870***
	뼈째 먹는 생선	3.57±.80	3.30±.80	3.233***
비타민 및 무기질식품 (3군)	과일류	4.41±.56	4.27±.64	2.136*
	녹황색 채소	3.54±.67	3.59±.68	-.722
	담색채소 및 버섯류	3.24±.65	3.24±.67	-.052
	해조류	3.87±.65	3.97±.70	-1.450
당질식품 (4군)	곡 류	4.19±.65	4.11±.63	1.220
	서 류	3.82±.68	3.87±.65	-.610
	당 류	4.23±.73	4.06±.76	2.152*
지질식품(5군)		3.64±.62	3.35±.65	4.358***
음 료		4.42±.65	4.20±.70	3.036**
가공식품		3.97±.70	3.57±.64	5.617***

* p<.05, ** p<.01, *** p<.001.

표 5. 남녀별 맛의 선호도 N(%)

선호하는 맛 / 항목	단맛	신맛	짠맛	쓴맛	매운맛
남	82(45.8)	10(5.6)	20(11.2)	1(0.6)	66(36.9)
여	60(34.9)	19(11.0)	13(7.6)	·	80(46.5)
계	142(40.5)	29(8.3)	33(9.4)	1(0.3)	146(41.6)

은 '매운맛'>'단맛'>'신맛'>'짠맛'>'쓴맛'으로 남녀 모두 '매운맛'을 좋아한다고 하였다

Ⅳ. 결론 및 요약

' 경북 경주지역 남녀고등학생을 대상으로 성별에 따른 식생활태도 및 식품기호도를 조사해 본 결과 부모님과의 식성에 대한 유사여부'에서는 여학생은 식성이 비슷하였으나(M = 3.36), 남학생은 비슷하지 않았으며 유의적인(P<.001)차이를 보였다. 학교에서 배운 지식이 식품선택에 미치는 영향은 남녀 모두 영향을 받지 않는다고 하였으며 여학생(M = 2.88)보다 남학생(M = 2.54)이 유의적으로 더 낮았다. 식품기호도에서는 육류, 난류, 어패류, 두류, 우유 및 유제품, 뼈째먹는 생선, 과일류, 당류, 지질식품, 음료, 가공식품에서 유의적(P<.001)인 차이가 있었다. 식생활태도의 형성요인으로는 부모님의 영향 60.7%, 친구 16.9%, 매스컴 및 책 13.8% 등 주변환경이 많은 영향을 주었으며 학교교육이 식생활태도에 영향을 주는 비율은 8.0% 에 불과해 실제 식생활에서 실천가능한 실천적인 교육이 필요한 것으로 사료된다. 맛의 선호도에서는 남학생은 단맛, 여학생은 매운맛을 선호하였다.

Ⅴ. 문 헌

Kim JH, Lee MJ, Yang IS, Moon SJ(1992): Analysis of Factors Affecting Korean Eating Behavior. *Korean J Dietary Culture* 17(1).

Cheong HS(1999): A Study on the Food Habits and Food Preference of Men on KyungNam Area. *Korean J Dietary Culture* 14(3)

Mazur R, Sanders D(1988): Socio-econdmic factors as sociated with child health and nutrition in Peri-Urban Zimbabwe. *Ecol Food Nutr* 12-19.

Macneill G, Ranyne DR, Rivers PW(1988): Socio -econdmic and seasonal patterns of adult energy nutrition in South Indian Village. *Ecol Food Nutr* 22-85.

Worsley A, Crawford D(1988): Dietary supplementers dietary descriptions, lifestyles and personal values. *Ecol Food Nutr* 22-139.

Dundas ML, Futrell MF(1897): Socio-economic cultural factors influencing nutritional status of children in three Sudaness village. *J Nutr Educ* 19(2): 49.

Macdonald LA(1983): Factor affecting the dietary quality of adolescent girls. *Am Diet Assoc* 82(3):260.

Evan RI, Hall Y(1983): Social-psychologic perspective in motivating changes in eating behavior. *Am Diet Assoc* 72:378.

Kim KN(1982): A Study Eating and Characteristic. *The Korean Journal of Nutrition* 15(30):194.

Hodkinson HM(1988): Diet and maintenance of mental health in the elderly. *Nutr Review* 46(2):79.

Bell AC, Stewart AM, Radford AJ(1981): A method for describing food beliefs which may predict personal food choice. *J Nutr Educ* 13(1):22.

Moon SJ, Lee MH(1987): An Effect of Children's Food Attitude on Nutritional Status and Personality. *The Korean Journal of Nutrition* 20(4): 258-271.

Moon SJ, Kim JH, Wendy Jean Harrod, Diane McConber (1993): Analysis of Eating Behavior Based on Social Identity. *Korean J Dietary Culture* 8(2).

Paul F(1986): *Food and Nutrition.* Chapman and Hall.

Park GS, Park EJ(1995): A Study on The degree of Satisfaction with Food Preferences and Foodservice of Students in Rural Kyongbuk. *Korean J Soc Food Sci* 11(5): 503-510.

Park GS, Min YH(1997): A Study on the Waste of the Elementary School Food Service. *Korean J Soc Food Sci* 13(1):30-39.

Jang UK, O EJ, Sun YS(1981): A Study on Relationship Between the Food Habits and the Health State of a Universitiy Student. *The Korean Journal of Nutrition* 14 (1): 43-51.

Im HS(1981): A Study on Relationship Between the Food Habits and the Health State. *The Korean Journal of Nutrition.* 14(1):9-15.

Bard-Bredbenner C, Shannon B, HsuL, Smith DH(1988): A nutrition education curriculum for Senior high Home Economics students: Its effect on students knowledge, attitudes, and behaviors. *J Nutr Educ* 20(6):341-346.

Skinner JD(1991): Changes in students dietary behavior during a college nutrition course. *J Nutr Educ* 23(2):72-75

Mitchell SJ(1990): Changes after taking a college basic nutrition course. *J Am Diet Assoc* 90(7):955-961.

Song YS(1997): The effects of nutrition course on the nutrition knowledge and food habits in college students. *Korean J Nutr* 2(1):86-93.

Lee KS, Kim KN(1997): Effects of nutrition education on nutrition knowledge, dietary attitudes, and food behavior of college students. *Korean J Community Nutr* 2(1): 86-93.

Lee MS, U MK(1999): Changes in Food Habit, Nutrition Knowledge and Nutrition Attitude of University Students during Nutrition Course 32(6): 739-745.

Eppiright Y(1970): Nutritional knowledge and attitudes of mothers. *J AM Home Eco Assoc* 62:327-337.

Kim KH(1998): A Survey on Relationship between Depressive trends, Stress and Attitudes of Food Intake in Adults. *Korean J Dietary Culture* 13(4).

Sin GH(1990): A Study on the Eating Behavior and Personality. M.S. Thesis, Kangwon Univ.