대한지역사회영양학회지 8(5) : 708~715, 2003
Korean J Community Nutrition 8(5) : 708~715, 2003

3, 40대 도시 기혼여성의 생식제품에 대한 인식 및 음용 실태에 관한 연구

- 서울 · 4대 광역시 지역 거주 주부를 대상으로 -

박미현 · 이지연 · 김화영†

(주)이롬라이프 생명과학연구원

A Study on the Status of Recognition and Intake of Saeng Shik among Urban Housewives

Mi Hyun Park, Ji Yeon Lee, Hwa Young Kim†

Research and Development Center, Eromlife, Seoul, Korea

ABSTRACT

The purpose of this study was to investigate the status of recognition and intake of Saeng shik among housewives in Seoul, Busan, Daegu, Kwangju and Daejeon during February, 2002. Saeng shik is an uncooked freeze dried powdered food made from grains and vegetables. We interviewed 800 housewives, aged 30 to 49 years, living in urban areas. The survey was conducted using individual interviews on demographic characteristcs, status of recognition of Saeng shik, and the intake of Saeng shik. The data was analyzed using a SPSS program. The results were summarized as follows: Forty percentage of the subjects were well acquainted with Saeng shik. More than 60% of the subjects understood that Saeng shik is 'the thing of grains and vegetables in the form of freeze-dried powder without heating process'. Saeng shik was taken by 16.9% of subjects. There was a significant regional and economic level difference in Saeng shik intake ($p < 0.05$). Among the reasons given for Saeng shik intake, meal substitution ranked the highest. Other reasons were prevention of adult diseases, or it being a low calorie food. The survey questioned which the subjects considered before buying Saeng shik, taste, effect, constitution, sanitation and safety, satiety. 'Taste' ranked the highest. Among the subject who had experienced taking Saeng shik, 35.6% answered that they would continue taking Saeng shik. The reasons given for stopping taking Saeng shik included its high cost and taste. The subjects recognized it not only as a meal substitute, but also as a nutrient supplement. Based on these results on urban housewives' status of recognition of Saeng shik and their intake of it, more research is needed to improve Saeng shik. (*Korean J Community Nutrition* 8(5) : 708~715, 2003)

KEY WORDS : saeng shik · uncooked powdered food. urban housewives · natural food

서 론

최근 경제성장과 소득증대로 국민의 전반적인 생활수준이 향상되었고, 생활양식 및 식사양식의 변화로 인해 새로운 식생활 구조가 형성되어 가고 있다. 곡류와 채소류의 섭취는 감소한 반면, 지방, 육류 및 가공식품의 섭취는 증가하는 추세이다(Shin 1997). 식생활의 변화로 질병의 양상도 바뀌어 과거 영양부족으로 인한 질환은 감소하였으나 비만, 관상동맥질환, 당뇨, 암과 같은 영양과잉이나 영양불균형에서 오는 만성퇴행성 질환은 지속적으로 증가하여 2002년 통계청이 발표한 한국인 사망원인 분석에 따르면 암, 뇌혈관질환, 심장질환이 각각 1, 2, 3위를 차지하는 것으로 나타난 바 있다(통계청 2002).

그리고 우리 나라 사람들의 영양섭취량은 양호한 편이나,

채택일 : 2003년 9월 24일
†**Corresponding author**: Hwa Young Kim, Research and Development Center, Eromlife, 165-17 Nonhyun-dong, Gangnam-gu, Seoul 135-010, Korea
Tel: (02) 3445-3377, Fax: (02) 518-6721
E-mail: briglory@erom.eromlife.co.kr

가공식품에 함유된 각종 첨가제의 섭취가 증가하고 있어 문제시 되고 있으며(MOHW 1996) 미국에서는 이미 인스턴트 식품 및 가공식품의 폐해를 지적한 바 있다(Han & Ahn 1998). 또한 가공식품의 원료 대부분이 수입농산물에 의존하고 있는데 여러번 발암성 물질들이 검출되고 있다(한국소비자보호원 1995). 그러면서 소비자들은 농약을 사용하지 않은 우리 농산물 즉 유기농 식품에 관심이 높아지고 있다(Ha 1990; Han & Lee 1991; Houng 1992).

식생활의 변화가 절실히 요구되고 건강에 대한 관심이 증대하면서 점차 식품에 대한 의식이 변화하고 있고 식생활은 기능성을 중시하는 행태로 변화되어 가고 있다. 건강보조식품, 영양보충용 및 식사대용식품 등이 소개되고 있으며 그 중 생식(生食)은 최근 영양소의 선택과 식사섭취량을 스스로 조절하기 어려운 현대인에게 관심이 집중되고 있다(Hwang 등 2000).

생식이란 동물성 식품을 배제한 식물성 식품을 저온건조 및 분쇄혼합 등의 최소 공정을 거쳐 만든 가공품으로 30~50여가지의 유기농으로 재배된 통곡식, 두류, 종실류, 채소류, 해조류 및 버섯류 등이 주류를 이루고 있다. 화식(火食)과는 달리 가열공정이 없으므로 인체대사에 필요한 대사효소와 비타민, 무기질, phytochemical, 섬유질이 그대로 보존되어 있는 완전식품(whole food)을 섭취할 수 있다고 하였고(Lee 2000) 완전식품을 적정량 섭취할 경우 건강에 유익할 것이라고 하였다(Slavin 등 1997; ADA 1999). 이러한 생식산업은 그 수요가 꾸준히 증가하여 시장규모가 2005년도에는 약 3천억원 정도가 될 전망이다(Park 2002).

그러나 생식에 대한 소비자들의 인식과 실태 조사는 거의 이루어지지 않은 실정이며, 아직까지 생식에 대한 전국규모의 국내연구는 거의 없는 실정이다. 본 연구는 한가족의 식습관에 크게 영향을 미칠 수 있는 주부들의 생식에 대한 인식과 음용 실태를 조사하여 이들에게 미치는 요인들을 알아보고자 하였다.

조사 대상 및 방법

1. 조사대상자 및 기간

본 연구의 대상자는 전국에 거주하고 있는 30~49세의 기혼여성 800명으로 구성되어 있다. 조사대상자의 선정은 우리나라 주요 대도시를 기준으로 지역별 할당 표출법에 의해 서울 300명(37.5%), 부산 200명(25.0%), 대구 100명(12.5%), 광주 100명(12.5%), 대전 100명(12.5%)을 추출하였다. 본 조사는 2002년 12월에 실시되었다.

2. 조사내용 및 방법

조사대상자의 연령, 지역별 분포, 월평균 가구 소득, 직업, 생식에 대한 주부들의 인식 및 음용실태 등에 관한 내용을 1 : 1 면접조사를 통해 조사하였다.

생식제품에 대한 인식조사는 생식 제품에 대한 인지도와 이해 수준을 통하여 알아보았다. 생식 제품에 대한 이해 수준은 '곡류나 채소를 익히지 않고 특별 가공, 분말로 만든 건강식품', '곡류나 채소를 익히지 않고 그냥 날 것으로 먹는 건강 식단법', '곡류나 채소를 볶아서 갈은 미숫가루 같은 것', '어떤 종류인지는 잘 모르지만 일종의 식사 대용식', '채소를 즙으로 만든 것'의 항목 중 한가지를 선택하게 하여 알아보았다. 음용실태는 생식제품 음용 경험, 음용 동기, 음용 지속 여부, 음용 중단 이유 등을 통하여 조사하였다.

3. 자료분석

수집된 자료는 한글 SPSS (Satatistical Package for Social Science) program을 이용하여 통계처리하였으며 연구 대상자의 일반적 사항에 대하여는 단순 빈도와 백분율을 구하였고 생식의 인식도 및 음용 실태조사 자료분석에서 비연속 빈도간의 유의성을 검증하기 위하여 Chi-square test를 사용하였다.

결과 및 고찰

1. 조사대상자의 일반적 특성

본 연구는 800명의 주부를 조사대상자로 하였다. 조사대상자의 연령 분포는 30~39세, 40~49세 각각 400명

Table 1. General characteristics of the subjects

Categories	Number (%)
Age (years)	
30 – 39	400 (50.0)
40 – 49	400 (50.0)
Region	
Seoul	300 (37.5)
Busan	200 (25.0)
Daegu	100 (12.5)
Gwangju	100 (12.5)
Daejeon	100 (12.5)
Economic level (10,000wons)	
<300	452 (56.5)
≥ 300	348 (43.5)
Occupation	
Housewife	561 (70.1)
Office worker	239 (29.9)

(50%)씩이었고 거주 지역별로는 서울 300명, 부산 200명, 대구, 광주, 대전 각각 100명씩이었다. 월평균 가구 소득은 300만원 미만이 452명(56.5%), 300만원 이상이 348명(43.5%)이었고 전업주부는 561명(70.1%), 취업주부는 239명(29.9%)이었다(Table 1).

2. 생식에 대한 인식조사결과

1) 생식제품의 인지도

조사대상자의 생식 제품에 대한 인지여부는 Table 2와 같다. '생식에 대하여 알고 있는가'라는 질문에 '생식이 어

Table 2. The recognition of Saeng shik in subjects

Categories	Well Known	Roughly known	Don't know	Total	χ^2-test
Age (years)					
30 – 39	170 (42.5)	224 (56.0)	6 (1.5)	400 (100)	NS[1)]
40 – 49	153 (38.3)	238 (59.5)	9 (2.3)	400 (100)	
Region					
Seoul	143 (47.7)	154 (51.3)	3 (1.0)	300 (100)	
Busan	62 (31.0)	135 (67.5)	3 (1.5)	200 (100)	
Daegu	43 (43.0)	55 (55.0)	2 (2.0)	100 (100)	p = 0.007**[2)]
Gwangju	36 (36.0)	59 (59.0)	5 (5.0)	100 (100)	
Daejeon	39 (39.0)	59 (59.0)	2 (2.0)	100 (100)	
Economic level (10,000wons)					
<300	170 (37.6)	275 (60.8)	7 (1.6)	452 (100)	NS
≥ 300	153 (44.0)	187 (53.7)	8 (2.3)	348 (100)	
Occupation					
Housewife	216 (38.5)	334 (59.5)	11 (2.0)	561 (100)	NS
Office worker	107 (44.8)	128 (53.6)	4 (1.7)	239 (100)	
Total	323 (40.4)	462 (57.8)	15 (1.9)	800 (100)	

1) NS: not significant by χ^2-test, 2) **: $p<0.01$ by χ^2-test

Table 3. The knowledge of Saeng shik in users

Categories	1	2	3	4	5	Total	χ^2-test
Age (years)							
30 – 39	282 (71.6)	79 (21.1)	20 (5.1)	12 (3.0)	1 (0.3)	394 (100)	NS[1)]
40 – 49	271 (69.3)	86 (22.0)	19 (4.9)	15 (3.9)	0 (0.0)	391 (100)	
Region							
Seoul	191 (64.3)	70 (23.6)	74 (8.1)	12 (4.0)	0 (0.0)	297 (100)	
Busan	162 (82.2)	23 (11.7)	8 (4.1)	3 (1.5)	1 (0.5)	197 (100)	
Daegu	63 (64.3)	31 (31.6)	2 (2.0)	2 (2.0)	0 (0.0)	98 (100)	p = 0.0000***[2)]
Gwangju	75 (78.9)	17 (17.9)	1 (1.1)	2 (2.1)	0 (0.0)	95 (100)	
Daejeon	62 (63.3)	24 (24.5)	4 (4.1)	8 (8.2)	0 (0.0)	98 (100)	
Economic level (10,000wons)							
<300	318 (71.5)	90 (20.2)	25 (5.6)	12 (2.7)	0 (0.0)	445 (100)	NS
300≤	235 (69.1)	75 (22.1)	14 (4.1)	15 (4.4)	1 (0.3)	340 (100)	
Occupation							
Housewife	392 (71.3)	112 (20.4)	27 (4.9)	18 (3.3)	1 (0.2)	550 (100)	NS
Office worker	161 (68.5)	53 (22.6)	12 (5.1)	9 (3.8)	0 (0.0)	235 (100)	
Total	553 (70.4)	165 (21.0)	39 (5.0)	27 (3.4)	1 (0.1)	785 (100)	

1: The thing of grains and vegetables in the form of freeze-dried powder without heating process
2: The menu of raw grains and vegetables without heating
3: The thing of grains and vegetables in the form of powdered with roasting (like a powder of roast rice)
4: A kind of meal substitute (not sure what it is)
5: The thing of pressing the juice out of vegetables
1) NS: not significant by χ^2-test
2) ***: $p<0.001$ by χ^2-test

떤 것인지 알고 있다.' 라고 응답한 사람은 323명(40.4%)였으며, '들어본 적은 있지만 잘 알지는 못한다.' 는 462명(57.8%), '처음 듣는다.' 는 15명(1.9%)이었다. 연령별로는 30대 주부(42.5%)들이 40대 주부(38.3%)보다, 소득 수준으로는 300만원 이상(44.0%)이 300만원 이하(37.6%)보다, 그리고 취업주부(44.8%)가 전업주부(38.5%)보다 통계적 유의성은 없었으나 생식 제품에 대한 인지도가 높은 경향을 나타내었다. 그리고 서울(47.7%), 대구(43.0%), 대전(39.0%), 광주(36.0%) 순으로 생식에 대한 인지도가 높았고 지역에 따른 차이에서 통계적 유의성이 나타났다 ($p < 0.01$).

2) 생식에 대한 이해 수준

생식에 대하여 알고있거나 들어 본 785명에게 생식에 대한 이해 수준을 물어보았다(Table 3). 모든 사회적 요인에서 응답자의 60%이상이 '곡류나 채소를 익히지 않고 특별 가공, 분말로 만든 건강식품' 이라는 것을 인식하고 있었다. 이와 같은 인식에 대한 분포는 다음과 같다. 연령에서는 30대 주부(71.6%)가 40대 주부(69.3%)가, 소득에 있어서 300만원 이하(71.5%)가 300만원 이상(69.1%)보다, 전업주부(71.3%)가 취업주부(69.1%)보다 통계적 유의성은 없었지만 생식에 대하여 올바르게 인식하고 있었다. 특히 지역에 따른 생식 이해수준에서 부산(82.2%), 광주(78.9%), 대구(64.3%), 서울(64.3%), 대전(63.3%) 순으로 유의적인 차이를 나타내었다($p < 0.001$).

3. 생식 제품에 대한 음용실태

1) 생식 음용 경험율

생식에 대하여 인지하고 있는 785명을 대상으로 '지난 1년동안 생식을 먹어본 적이 있느냐' 라는 질문에 133명(16.9%)이 음용경험이 있는 것으로 나타났다(Table 4). 응답자 중 30대, 그리고 취업주부가 음용율이 높은 경향으로 나타났으나 통계적 유의성은 없었다. 또한 대구(24.5%), 광주(20.0%), 서울(18.2%), 대전(14.3%), 부산(11.2%) 순으로 음용율이 높았으며 통계적으로 유의하였다($p < 0.05$). 그리고 소득 수준에서 300만원 이상이 음용율이 더 높았으며 유의적인 차이를 나타내었다($p < 0.05$).

2) 생식 음용 동기

면접자중 생식음용자 133명을 대상으로 음용 동기를 조사한 결과는 다음과 같고(Table 5) 복수응답을 허용하였다. 조사 결과 식사대용식이 51.5%로 가장 높았고 성인병 예방이 23.5%, 다이어트 18.2%, 질병치료 9.8%, 건강개선 3.8%, 영양간식 1.5%, 체질개선 1.5%, 판매원의 권유 0.8%의 순으로 나타났다. 그리고 40대 여성의 경우 성인병 예방의 목적으로 음용하는 것이 30대 여성보다 높게 나타났다. 하지만 Park & Han (2003)의 연구에서는 성인 여성들이 생식을 먹으면 체중이 감소되어 체중감량을 하는 다이어트식품이라고 가장 많이 인식하고 있다고 하여 본 연구와 다른 결과를 나타내었다.

지역에 따른 응답을 살펴보면 식사대용식 다음으로 서울

Table 4. The experience of Saeng shik intake for last year in users

Categories	Yes	No	Total	χ^2-test
Age (years)				
30 – 39	70 (17.8)	324 (82.2)	394 (100)	NS[1]
40 – 49	63 (16.1)	328 (83.9)	391 (100)	
Region				
Seoul	54 (18.2)	243 (81.8)	297 (100)	
Busan	22 (11.2)	175 (88.8)	197 (100)	
Daegu	24 (24.5)	74 (75.5)	98 (100)	p = 0.039*[2]
Gwangju	19 (20.0)	76 (80.0)	95 (100)	
Daejeon	14 (14.3)	84 (85.7)	98 (100)	
Economic level (10,000wons)				
<300	65 (14.6)	380 (85.4)	445 (100)	p = 0.046*
≥ 300	68 (20.0)	272 (80.0)	340 (100)	
Occupation				
Housewife	84 (15.3)	446 (84.7)	550 (100)	NS
Office worker	49 (20.9)	186 (79.1)	235 (100)	p = 0.056
Total	133 (16.9)	652 (83.1)	785 (100)	

1) NS: not significant by χ^2-test, 2) *: $p < 0.05$ by χ^2-test

Table 5. The motivation for taking Saeng shik in users

	Age		Region					Economic		Occupation	
1)	30 – 39	40 – 49	Seoul	Busan	Daegu	Gwang-ju	Dae-jeon	<300	300≤	Housewife	Office woker
Meal substitute	38 (49.4)	30 (43.5)	27 (45.0)	12 (54.5)	10 (35.7)	10 (52.6)	9 (53.0)	36 (50.0)	32 (43.3)	44 (46.3)	24 (47.1)
Prevention of adult diseases	14 (18.2)	17 (24.6)	11 (18.4)	5 (22.7)	8 (28.5)	5 (26.3)	2 (11.8)	13 (18.1)	18 (24.4)	20 (21.0)	11 (21.6)
Low calories food	13 (16.9)	11 (15.9)	14 (23.3)	2 (9.1)	4 (14.3)	0 (0.0)	4 (23.6)	13 (18.1)	11 (14.8)	18 (18.9)	6 (11.8)
A patient meal	5 (6.5)	8 (11.6)	5 (8.3)	2 (9.1)	2 (7.1)	3 (15.8)	1 (5.8)	5 (7.0)	8 (10.8)	6 (6.3)	7 (13.7)
For health	3 (3.9)	2 (2.9)	1 (1.7)	0 (0.0)	3 (10.7)	0 (0.0)	1 (5.8)	2 (2.8)	3 (4.1)	3 (3.2)	2 (4.0)
A nourishing eating between meals	2 (2.6)	0 (0.0)	1 (1.7)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (5.3)	0 (0.0)	2 (2.8)	0 (0.0)	2 (2.1)	0 (0.0)
Improvement of constitution	2 (2.6)	0 (0.0)	1 (1.7)	0 (0.0)	1 (3.6)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (1.4)	1 (1.4)	1 (1.1)	1 (2.0)
Persuasion of sales personnel	0 (0.0)	1 (1.4)	0 (0.0)	1 (4.5)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (1.4)	1 (1.1)	0 (0.0)

1) Plural responses

Table 6. A point to be considered buying Saeng shik

	Age		Region					Economic		Occupation		Total
1)	30 – 39	40 – 49	Seoul	Busan	Daegu	Gwang-ju	Dae-jeon	<300	300 ≤	Housewife	Office woker	
Unwell	264 (33.2)	268 (33.5)	187 (31.5)	144 (36.0)	66 (33.0)	67 (33.5)	68 (34.0)	299 (33.2)	233 (33.7)	372 (33.2)	160 (33.6)	532 (33.4)
Effect	164 (20.6)	164 (20.5)	119 (20.1)	88 (22.0)	42 (21.0)	42 (21.0)	37 (18.5)	199 (22.0)	129 (18.7)	231 (20.7)	97 (20.4)	328 (20.6)
Suit constitution	128 (16.1)	154 (19.3)	120 (20.2)	57 (14.3)	35 (17.5)	39 (19.5)	31 (15.5)	148 (16.4)	134 (19.4)	200 (17.9)	82 (17.2)	282 (17.7)
Sanitary safety	129 (16.2)	117 (14.6)	96 (16.2)	60 (15.0)	39 (19.5)	31 (15.5)	20 (10.0)	135 (15.0)	111 (16.0)	163 (14.6)	83 (17.4)	246 (15.4)
Satiety	106 (13.3)	96 (12.0)	71 (12.0)	50 (12.5)	18 (9.0)	20 (10.0)	43 (21.5)	118 (13.1)	84 (12.1)	149 (13.3)	53 (11.1)	202 (12.7)
Others	4 (0.5)	0 (0.0)	1 (0.2)	1 (0.3)	0 (0.0)	1 (0.5)	1 (0.5)	3 (0.3)	1 (0.2)	3 (0.3)	1 (0.2)	4 (0.3)

1) Plural responses

과 대전에서는 다이어트용으로 음용하는 것으로 조사되었으며 부산, 대구, 광주에서는 성인병 예방을 위해 음용하는 것으로 나타났다. 특히 광주에서는 다이어트를 목적으로 한 음용자가 한명도 없었으며 대신 질병치료를 위한 음용율이 높은 것으로 조사되었다. 또한 대구에서는 건강을 위해 생식을 음용한다고 응답한 사람이 다른 지역에 비해 월등히 높아 광주와 대구에서는 생식을 식사대용식뿐만 아니라 건강을 위한 영양보충식으로 음용하는 것으로 사료된다.

월소득에 따른 생식음용 동기를 살펴보면 300만원 이하의 소득자에게는 식사대용식 다음으로 성인병예방(18.1%)과 다이어트(18.1%)용으로, 300만원 이상의 소득자에게는 성인병예방(24.4%)의 목적이 강한 것으로 조사되었다. 또한 취업의 유무에 따른 조사에서 전업주부에게는 다이어트의 목적, 취업주부에게는 질병치료로서의 생식 섭취가 강조되고 있는 것으로 조사되었다.

Lee (2001)는 생식을 섭취하는 사람들은 한끼 또는 그 이상 식사대용식으로 이용하고 있으며 생식 섭취의 동기가 질병치료가 43.2%, 건강증진이 37.0%, 체중조절은 9.9%로 나타나 생식이 식사대용식, 영양보충식으로의 의미가 큰 것으로 사료된다. 하지만 체중조절을 목적으로 한 응답에 있어서는 본 연구와 다른 결과를 나타내었다.

선행 연구들에서 성인병 개선(Hwang 2000) 및 비만도 감소의 효과(Park 2003)는 입증된 바 있어 현대인들에게 식사의 한 형태로서 이로움을 줄 수 있을 것으로 사료된다.

3) 생식 음용 전 고려사항

생식을 음용하기 전에 고려하였던 점에 대하여 질문하였고 복수응답을 허용하였다(Table 6). 그 결과 '입맛에 맞

을까? 거북하지 않을까?'가 33.4% 였고 '정말 효과가 있을까' 20.6%, '체질에 맞을까?' 17.7%, '위생이나 과학적으로 안전할까?' 15.4%, '포만감이 있을까?' 12.7%로 조사되었다.

일반적으로 소비자들이 식품을 구입할 때 Han (1990)은 안전성, 맛, 영양가, 가격 순으로 고려하는 것으로 나타났고 Jolly 등(1986)의 연구에서는 안전성, 영양가, 맛, 가격 순으로 조사되어 안전성, 맛 등이 소비자가 식품을 구매할 때 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 본 연구에서도 맛에 대한 우려감이 가장 높은 비율을 차지하여 같은 동향을 나타내었으나 안전성에 관해서는 다른 연구에 비해 우려감이 낮은 것으로 조사되었다. 이는 일반적으로 시판생식이 친환경농산물로 제조된 것이 대부분이기 때문인 것으로 보이며 Hyun & Kim (1997)이 조사한 결과에 의하면 전체 응답자의 77.8%가 수입농산물의 안전성에 대해 부정적인 인식을 갖고 있으며 91.7%가 유기농 농산물을 선호한다고 하여 이를 뒷받침해준다.

4) 생식 지속 음용 여부와 이유

생식을 음용해 본 경험이 있는 132명 중 '생식을 계속 음용하고 있습니까'라는 질문에 47명(35.6%)이 '예'라고 응답하였으며 85명(64.4%)은 '아니요'라고 하였다 (Table 7).

사회적 요인별로 살펴보면 다음과 같다. 40대(40.3%)

Table 7. The intention to keep on taking Saeng shik

Categories	Yes	No	Total	χ^2-test
Age (years)				
30 – 39	22 (31.4)	48 (68.6)	70 (100)	NS[1]
40 – 49	25 (40.3)	37 (59.7)	62 (100)	
Region				
Seoul	15 (28.3)	38 (71.7)	53 (100)	
Busan	11 (50.0)	11 (50.0)	22 (100)	
Daegu	11 (45.8)	13 (54.2)	24 (100)	NS
Gwangju	5 (26.3)	14 (73.7)	19 (100)	
Daejeon	5 (35.7)	9 (64.3)	14 (100)	
Economic level (10,000wons)				
<300	26 (40.0)	39 (60.0)	65 (100)	NS
> 300	21 (31.3)	46 (68.7)	67 (100)	
Occupation				
Housewife	27 (32.1)	57 (67.9)	84 (100)	NS
Office worker	20 (41.7)	28 (58.31)	48 (100)	
Total	47 (35.6)	85 (64.4)	132 (100)	

1) NS: not significant by χ^2-test

Table 8. The reasons for stopping Saeng shik intake

	Age		Region					Economic		Occupation	
1)	30 – 39	40 – 49	Seoul	Busan	Daegu	Gwang-ju	Dae-jeon	<300	300 ≤	Housewife	Office woker
High cost	22 (41.5)	13 (34.2)	12 (30.8)	7 (63.6)	5 (38.5)	7 (50.0)	4 (28.5)	18 (42.9)	17 (34.7)	24 (39.3)	11 (36.7)
Unsufficient taste	12 (22.7)	7 (18.4)	11 (28.2)	2 (18.2)	2 (15.4)	2 (14.3)	2 (14.3)	10 (23.8)	9 (18.4)	11 (18.0)	8 (26.7)
In disgust	8 (15.1)	6 (15.8)	3 (7.7)	1 (9.1)	3 (23.1)	4 (28.6)	3 (21.4)	5 (11.9)	9 (18.4)	14 (23.0)	0 (0.0)
Troublesome-ness	5 (9.4)	7 (18.4)	9 (23.1)	0 (0.0)	2 (15.4)	1 (7.1)	0 (0.0)	4 (9.6)	8 (16.3)	6 (9.8)	6 (20.0)
Disagree with constitution	2 (3.8)	4 (10.5)	3 (7.7)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	3 (21.4)	5 (11.9)	1 (2.1)	4 (6.5)	2 (6.6)
No effect	3 (5.7)	1 (2.6)	1 (2.5)	0 (0.0)	1 (7.7)	0 (0.0)	2 (14.3)	0 (0.0)	4 (8.2)	2 (3.3)	2 (6.6)
No delivery	1 (1.9)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (9.1)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (2.1)	0 (0.0)	1 (3.4)

1) Plural responses

가 30대(31.4%)보다 지속적으로 음용하는 것으로 나타났으며 지역별로 살펴보았을 때 부산(50.0%), 대구(45.8%), 대전(35.7%), 서울(28.3%), 광주(26.3%)순으로 조사되었다. Kwak 등(2002)이 조사한 특수영양식품 및 건강보조식품의 계속 섭취여부에서 경상 및 부산지역의 대학생이 다른 지역에 비해 높은 비율을 나타내어 부산지역의 건강에 대한 높은 관심을 관찰할 수 있었다.

즉 부산의 경우 생식을 식사대용식으로 꾸준히 음용하는 것으로 보이며 대구의 경우는 건강을 목적으로 한 영양보충식으로 지속적인 생식 음용을 하는 것으로 사료되어 이는 생식의 음용 동기와 일치한다. 그리고 300만원 이하의 소득수준(31.3%)과 취업주부(41.7%)에서 지속적인 생식 음용이 이루지는 것으로 관찰되었다.

생식을 중단한 85명을 대상으로 그 이유를 조사한 결과(Table 8) '경제적 부담'이 38.5%로 가장 높았으며 300만원 이하의 소득수준(42.9%)이 300만원 이상의 소득수준(34.7%)보다 경제적 부담을 더 느끼는 것으로 나타났다. 그리고, '입맛에 맞지 않아서' 20.9%, '싫증나서' 15.4%, '귀찮아서' 13.2%, '체질에 안 맞아서' 6.6%, '효과가 없어서' 4.4.%, '배달이 안되어서' 1.1% 로 조사되었다.

특히 지역에 따른 조사에서 경제적 부담으로 인한 중단이 부산에서 63.6%로 가장 높았지만 지속여부와 성인병 예방을 목적으로 음용한다는 응답이 높은 것으로 보아 생식이 건강에 이로움을 주는 기능적인 면이 부산주민에게 강하게 인식되어있기 때문인 것으로 보인다. 그리고 서울과 대전에서는 경제적 부담과 다른 이유의 빈도가 큰 차이를 나타내지 않았는데 서울의 경우 경제적 부담이 30.8%, 입맛에 맞지 않아서가 28.2%, 귀찮아서가 23.1%를 차지하였다. 대전의 경우 경제적 부담이 28.5%, 싫증나서 21.4%, 체질에 안 맞아서 21.4%로 조사되었다.

Park (2000)의 연구에 의하면 30~50대 성인 건강식품 섭취자의 월평균 건강식품 구입비용은 1~5만원인 경우가 가장 많았으며 연령대가 높아질수록 많아지고 건강식품 섭취 경험군이 섭취 중단 이유에서 '가격이 비싸다'가 2위를 차지하는 것으로 조사되었다. 그리고 시중에 판매되고 있는 생식의 가격대가 5~8만원인 것(Park 2002)을 감안할 때 30~40대의 월평균 건강식품 구입비용보다 높으며 경제적인 부담을 느낄 수 있을 것으로 생각된다. 하지만 Kwak 등(2002)의 결과에서는 여대생들의 특수영양 및 건강보조식품의 섭취 중단 이유에서 '효과가 없다'와 ' 식생활이 중요하다'가 높은 비율을 차지하였고, Kim 등(2001)의 연구에서는 50세 이상의 성인 및 노인의 특수영양 및 건강보조식품의 섭취 중단 이유에서 경제적 부담 다음으로 '효과가 없어서'라고 응답하여 본 연구와는 다른 경향을 나타내었다.

요약 및 결론

경제 성장과 소득증대로 인한 생활수준 향상으로 식생활 구조가 변화되어 가고 있고 건강에 대한 관심이 높아져 가고 있다. 따라서 식생활은 기능성을 중시하는 형태로 변화되어 가고 있으며 이러한 추세는 시장에도 반영되어 건강보조식품, 영양보충용 및 식사대용식품 등이 소개되고 있다. 이 중 생식이 크게 관심을 모으고 있으며 2005년도에는 약 3천억원 정도의 시장을 형성할 것으로 전망되고 있다. 하지만 생식에 대한 소비자들의 인식과 실태 조사는 거의 이루어지지 않은 실정이다. 따라서 본 연구에서는 가족의 식생활에 큰 영향을 미치는 주부들을 대상으로 생식에 대한 인식과 실태조사를 실시하였고 그 결과를 정리하면 다음과 같다.

1) 생식 제품에 대한 인지여부를 조사한 결과 전체 조사자의 40.4%가 생식에 대하여 잘 알고 있다고 응답하였다. 그리고 30대 주부, 300만원 이상 소득자, 취업주부, 서울지역 거주가가 생식에 대하여 잘 인지하고 있었다.

2) 생식에 대해서 조사자의 60% 이상이 '곡류나 채소를 익히지 않고 특별 가공, 분말로 만든 건강식품'이라고 정확히 인식하고 있었으며 사회적 요인별로는 30대 주부, 300만원 이하 소득자, 전업주부가 정확히 인식하고 있었다.

3) 생식을 먹어본 적이 있는 사람은 16.9%이었으며 30대, 취업주부, 300만원 이상 소득자가 음용율이 높았다. 그리고 지역에 따른 음용 경험율에서 유의적인 차이를 나타내었다.

4) 생식 음용 동기는 식사대용식 > 성인병 예방 > 다이어트 > 질병치료 > 건강개선 > 영양간식 > 체질개선 > 판매원의 권유 순이었다. 40대 여성의 경우 성인병 예방의 목적이 강하였으며 서울과 대전에서는 식사대용식 다음으로 다이어트용을 선택하였다. 그리고 부산, 광주, 대구에서는 성인병 예방, 질병치료를 위한 음용율이 높은 것으로 조사되 건강에 대한 관심이 다른 지역보다 큰 것으로 보인다.

5) 생식을 구입하기 전 소비자들은 맛 > 효과 > 체질 > 위생, 안전 > 포만감 순으로 고려하는 것으로 나타났으며 위생, 안전 사항이 낮은 순위를 나타낸 것은 생식이 친환경농산물로 제조된 것이라는 인식이 자리잡고 있기 때문인 것으로 보인다.

6) 생식을 음용하는 사람 중에서 지속적으로 음용하겠

다고 한 사람은 35.6%로 40대 여성, 부산, 대구 등에서 그 비율이 높았으며 건강을 목적으로 생식을 음용한 사람의 지속율도 높은 것으로 조사되었다.

7) 생식 음용을 중단하게 되는 이유로 경제적 부담과 맛이 높은 비율을 차지하였다. 그리고 식사대용식 다음으로 다이어트를 목적으로 생식을 음용하는 사람들이 많았던 서울과 대전의 경우 경제적 부담으로 인한 중단율이 다른 지역에 비하여 낮은 것으로 조사되었다.

따라서 본 조사결과 생식은 식사대용식 뿐만 아니라 건강을 위한 영양보충식으로의 인식이 강한 것으로 조사되었다. 하지만, 경제적 부담 및 맛이 생식을 중단하는 이유로 대두되고 있어 이러한 점을 개선시키기 위한 연구가 계속되어야 할 것이다.

참 고 문 헌

박미현(2002) : 생식산업의 현황과 전망. 한국식품영양과학회 추계산업심포지움, pp.3-7

이상윤(2000) : 생식의 유용성 연구와 시장 동향. *국민영양* 223: 20-27

통계청(2002) : 2001년 사망원인통계결과

하영득(1990) : 잔류농약과 식품안전성. *한국영양식량학회지* 19: 538-546

한국소비자보호원(1995) : 식탁위의 독, 잔류농약을 없애자. *소비자시대* 7: 28-31

홍무기(1992) : 우리 농산물의 농약잔류 실태 및 안전성 평가. *식품과학과 산업* 25: 2-12

황성주 · 박옥진 · 박미현 · 송미경(2000) : 지방간을 보유한 성인 남성에 있어서 생식섭취가 간 기능 개선과 건강개선에 미치는 효과. *한국영양학회 추계학술대회*, p.91

American Dietetic Association (1999): Position of the American Dietetic Association: functional foods. *J Am Diet Assoc* 9: 1278-1285

Choi YC (1997): A study on consumer recognition for health supplementary foods. Seoul national university

Han MY, Ahn MS (1998): A study in the purchase action of processed foods and the recognition for food additives of urban housewives. *Korean J Dietary Culture* 13(2): 119-126

Han WK (1990): A study on the consumer pecognition of food safety and food additives. Korea university

Han WK, Lee KJ (1991): A study on the consumer recognition of food safety and food additives. *Korean J Soc Food Cookery Sci* 7(4): 23-34

Hyun TS, Kim WS (1997): A study on the perception and consumption of imported and organic produce of urban housewives. *Korean J Comm Nutr* 2(1): 74 -85

Jolly DA, Schutz HG, Diaz-Knauf KV, Johal J (1986): Organic foods; consumer attitudes and use. *Food Technology* 11: 60-66

Kim JS, Lee MY, Cheong SH, Lee JH, Kim HD, Lee JH, Hyun TS, Chang KJ (2001): A study on supplement use in the middle-aged and elderly. *Korean J Comm Nutr* 6(5): 798-808

Kwak JO, Lee CH, You HE, Sung HI, Chan KJ (2002): Regjional differences in dietary supplement use and related factors among college students participating in nutritional education programs via the internet. *Korean J Comm Nutr* 7(5): 639-653

Lee MR (2001): Difference of dietary behavior, nutritonal status and health status of whole grain formula dieters and non-dieters. Catholic university

MHOW (1997): Report on 1996 national Health and Nutrition Survey. Ministry of Health and Welfare

Park JY (2000): Aspects of dietary behavior and consumption pattern of health food by adults in Taejon. Taejon University

Park SH, Han JH (2003): The effects of uncooked powdered food on nutrient intake, serum lipid level, dietary behavior and health index in healthy women. *Korean J Nutr* 36(1): 49-63

Shin HG (1997): The development of functional food and research trend. *Food Sci and Industry* 30(1): 2-13

Slavin J, Jacobs D, Marquart L (1997): Whole-grain consumption and chronic disease : protective mechanisms. *Nutr Cancer* 27: 14-21

Yoon OH (1991): Approach to the nutritional status for uncooked food vegetarian, vegetarian, non-vegetarian and evaluation of uncooked powdered foods. King Sejong university