

남녀 대학생의 식행동에 관한 연구(II)

-경제적 환경을 중심으로-

김 명 선

강원관광대학 관광호텔조리과

Eating Behavior of University Students by Economic Environment

Myung-Sun Kim

Department of Tourism Hotel Cuisine, Kangwon Tourism College

Abstract

The purposes of this study were to determine what kinds of food university students had, how often they were eating out and how much they consumed. A questionnaire survey was conducted on 597 university students (male : 40.9%, female : 59.1%).

The students who spent under 200 thousand won per month had regular meals at breakfast, lunch and dinner. The students with personal monthly spending over 300 thousand won, both male and female, ate out more than others. The female students had more protein foods than the male students. Consumption of milk and milk products increased with rising monthly spending for female students. Regardless of monthly spending, the male students ate seaweeds low in 1-2 time per a week. Consumption of rice decreased with rising monthly spending for male and female students.

Key words : eating behavior, meal, economic environment, intake

1. 서 론

인간은 적절한 식사를 함으로써 필요한 영양을 공급받게 되며, 신체적 발달과 정신적 안정을 유지하게 된다. 인간의 정상적인 생활유지에 큰 비중을 차지하고 있는 식생활은 가정의 경제수준, 관습, 종교, 교육수준, 가족 간의 영향 및 문화적 혜택 등에 의해 영향을 받는 것으로 모든 인간의 행동 양식과 밀접하게 연관되어 변화되어 왔다(문수재 1989).

급속한 경제발전과 서구문물의 도입은 식생활 양식에 커다란 변화를 가져 왔으며 특히 도시화와 산업화에 따른 핵가족화, 여성의 취업증가, 외식산업

의 발전 등은 식생활 전반에 큰 영향을 미치어 그 결과 음식의 소비형태와 식사양상이 크게 변하고 있다(모수미 1986).

식습관이 최종적으로 완성되는 대학생들의 식생활 행동은 청소년기 식습관을 반영할 뿐만 아니라 앞으로 올 성인기의 식생활 양식에 큰 영향을 미칠 수 있으며, 이 때 발생하는 영양문제는 일생에 있어서 소홀히 다루어 질 수 없는 중요한 위치를 차지한다고 볼 수 있다. 더욱이, 중·고등학교 시절의 규칙적이며 통제적인 생활양식에서 벗어나 자유로운 사고와 생활 양식을 갖게 되는 대학생들은 과거에 행하여 오던 식습관에 변화가 오기 쉬우며 이 시기 식습관의 변화는 가족이나 친구보다는 주변의 환경 요인에 의하여 영향을 받는 것으로 조사(이영순 등 1994, 이영미 1986)된 바 있다. 또 이들은 식품에 대한 가치 평가(문수재와 김정연 1992)와 체형에 대

Corresponding author: Myung-Sun Kim, Kangwon Tourism College, 439 Hwangji-dong, Taebaek-si, Gangwon-do, 235-711, Korea
Tel : 011-9570-2733
Fax : 033-552-5325
E-mail : kiimiisii@hanmail.net

한 평가도 과거에 비해 변화된 형태를 보이고 있으며(Cosper BA와 wakefield 1975), 특히 여대생들은 마른 체중에 대한 선호와 외모에 대한 관심 등으로 지나친 체중 조절과 저체중을 유지하기 위하여 부적당한 식사를 하는 경향이 있으며 이들이 이상적으로 생각하는 체중과 건강상의 바람직한 체중과는 상당한 차이가 있음이 보고되었다(Bailey S와 Goldberg JP 1989, 이영미와 이기완 1994, Mortenson GM 등 1993). 그리고 여대생의 영양소 섭취량은 생애주기의 어느 시기보다 낮아 영양문제가 발생되고 있기 때문(남해선과 이선영 1992, Gwirtsman HE와 Kaye WH 1989)에 관심의 대상이 되고 있다.

여대생의 식생활은 자신의 건강 뿐 아니라 장래 어머니로서 자녀의 식습관 형성에 중요한 영향을 미치게 되며, 남학생의 경우 성인기 이후 상이한 사회적, 환경적 요인에 의해 그들의 가치관이나 생활습관이 뚜렷한 차이를 보이며, 식생활 행동에 있어서도 여성들과는 다른 측면을 지니게 되며, 그 결과 현대 한국 남성에게서 많이 발병하는 성인병의 근본 원인이 되므로 이는 국민보건 차원에서도 매우 중요하다.

최근 대학생들은 생활양식의 현대화로 인해 식품 소비패턴이 변화하고 있다. 지금까지 대학생의 식행동에 관한 연구는 성별, 거주지, 거주형태 등을 대상으로 조사 연구한 것은 많았지만 용돈을 대상으로 한 연구는 미약하였다.

이에 본 연구는 대학생들의 경제 환경들 중에서 자신의 용돈에 따른 식사량 및 5군 식품, 스낵류, 탄산음료, 주류, 패스트푸드, 인스턴트면류 등의 섭취빈도를 조사하여 대학생들의 바람직한 식행동 연구에 기초 자료를 확보하고자 하였다.

II. 연구방법

1. 조사대상 및 기간

본 조사의 조사 대상자는 강원도 태백시에 소재하고 있는 K대학교 학생 650명을 대상으로 실시하였으며, 조사기간은 2000년 10월 9일에서 13일까지 5일간 설문지를 통해 조사하였다. 회수된 설문지는 610부(회수율 94%)였으며 이 중에서 불완전하게 응답한 13부를 제외한 597부의 설문지를 본 연구의

자료로 분석하였다.

2. 조사내용

본 연구의 자료 분석을 위한 설문지의 문항은 선행 연구들을 참고(이영미 1986, 김현신 1996, 노정미 1997, 김민정 1992)로 연구자가 작성하여 3차에 걸친 타당성 검토를 통하여 수정·보완 후 사용하였다. 설문지의 문항은 조사대상자의 일반적 사항(성별, 연령, 한달 용돈, 가족수, 거주형태 등)과 식행동의 특성으로 식사량, 외식빈도, 5군 식품, 스낵류, 탄산음료, 주류, 패스트푸드, 인스턴트면류 등의 섭취빈도에 관하여 조사하였다.

3. 조사방법

모든 조사자료는 SPSS/PC package를 이용하여 빈도와 백분율을 구하였으며, 군간의 차이는 Chi-square test를 실시하여 검토하였다.

III. 연구결과 및 고찰

1. 조사 대상자의 일반적인 사항

조사대상자의 일반적 사항은 Table 1과 같다. 조

Table 1. General characteristics of the subjects

Variables	Group	N(%)
Sex	Male	244(40.9)
	Female	353(59.1)
Age	10~19	166(27.8)
	20~29	413(69.2)
	≥30	18(3.0)
Main region of growth	Big city	184(30.8)
	Small · medium city	172(28.8)
	Farm · Sea village	241(40.4)
Interest of dietary attitude	High	42(7.0)
	Moderate	366(61.3)
	Low	189(31.7)
Monthly money for personal use	<200 thousand won	198(33.2)
	200~300 thousand won	170(28.5)
	>300 thousand won	229(38.4)
Type of residence	Home with parents	245(41.0)
	Boarding-house	30(5.0)
	Boarding with cooking	260(43.6)
	Dormitory	62(10.4)
Family style	Nuclear	454(76.0)
	Extended	143(24.0)
Total		597(100.0)

사대상자는 남학생이 40.9%, 여학생이 59.1%이었고, 연령은 20대가 69.2%로 가장 높았으며, 출생지는 농어촌(40.4%), 대도시(30.8%), 중소도시(28.8%) 순으로 비교적 고른 분포를 나타내었다.

식생활에 대한 관심도는 평소에 식생활에 관심이 낮은 학생은 31.7%, 조금 있는 학생은 61.3%, 많이 있는 학생은 불과 7.0%이었다. 바람직한 식생활은 국민보건 차원에서 중요한 문제이므로 이에 대한 적극적인 교육이 필요하다고 사료된다.

한달 용돈은 30만원 이상(38.4%), 20만원 미만(33.2%), 20~30만원 미만(28.5%)의 순이었다.

거주형태는 자취(43.6%), 자택(41.0%), 기숙사(10.4%), 하숙(5.0%) 순으로 원거리 학생들은 자취를 많이 하고 있었다. 가족 수는 핵가족이 76.0%, 대가족이 24.0%를 차지하였다.

거주형태를 중심으로 한 연구(김명선 2004)에서는 하숙과 기숙사 학생은 자택과 자취 학생보다 아침과 저녁 식사는 규칙적이고 적당량 섭취하는데 반하여 점심은 자택과 자취학생이 규칙적이고 적당량 섭취하였으며, 외식 빈도는 자취, 자택, 하숙, 기숙사 순으로 많이 하며, 자택, 기숙사, 하숙 학생보다 자취 학생들의 단백질, 비타민 및 무기질 부족현상 등이 문제점으로 나타났으며, 자택 학생도 기숙사와 하숙학생보다 아주 바람직한 식생활은 하지 않는 것으로 나타났다. 이는 가족형태가 대가족보다 핵가족이 많은 것과 가족 형태가 산업사회로 발전됨에 따라 전업주부보다 맞벌이 부부가 증가함에도 영향이 있는 것으로 사료된다.

2. 한 달 용돈에 따른 식습관 행동

1) 식사량

한 달 용돈에 따른 남녀 대학생의 매끼 식사량에 관한 조사는 Table 2와 같다. 아침 식사에서 불규칙적이거나 먹지 않는 남학생은 용돈 30만원 이상(63.7%), 20만원 미만(46.8%), 20~30만원 미만(24.6%) 순이었으며, 여학생은 30만원 이상(68.6%), 20~30만원 미만(47.4%), 20만원 미만(37.8%) 순으로 높았으며, 남녀 대학생 모두 먹지 않음은 24.3%였으며, 집단간에도 유의적인 차이를 나타내었다($p<0.001$). 용돈의 액수가 많은 학생이 아침 결식률이 높았는데 이는 남정은(2002)의 연구와 같은 양상

을 나타내었다.

아침 결식률은 '98국민 건강·영양 조사(보건복지부 1999)에 의하면 13~19세가 46.3%, 20~29세가 59.4%, 30~49세가 34.9%로 젊은 층에서 아침 결식률이 높은 것으로 나타났다. 대학생을 대상으로 한 다른 연구에서 원주지역(노정미 1997)에서는 38.8%, 전북지역(김현신 1996)에서는 30.3%, 대전지역(박상욱 2004)에서는 24.4%로 나타나 본 조사의 24.3%와 비교해 보면 원주와 전북지역보다는 조금 낮았으며 대전지역 대학생과 비슷한 양상을 보였다.

점심 식사에서 적당하게 섭취하는 남학생은 용돈 20만원 미만(87.2%), 20~30만원 미만(74.0%), 30만원 이상(58.1%) 순이었으며, 여학생은 용돈 20만원 미만(60.9%)과 20~30만원 미만(59.8%), 30만원 이상(45.7%) 순으로 높았으며, 남녀 대학생 모두 집단간에도 유의적인 차이를 나타내었다($p<0.001$).

저녁 식사에서 남학생은 적당하게 먹는다고 응답한 경우가 가장 높았으며, 용돈 20만원 미만(74.5%), 20~30만원 미만(45.2%), 30만원 이상(36.3%) 순으로 높았으며, 집단간에도 유의적인 차이를 나타내었다($p<0.001$). 여학생은 저녁식사는 불규칙적으로 먹는다가 높았으며, 남녀대학생 모두 아침과 점심 식사에서는 미미하게 나타난 과식이 저녁식사에서 높게 나타났다. 이는 한혜숙(2001)의 보고에서 하루 세끼 식사 중 충실히 먹는 식사로 저녁이 전체의 67.8%로 높게 나타난 결과에서도 유추해 볼 수 있듯이 보통 세끼 식사 중에서 심리적 혹은 시간적으로 저녁을 가장 느긋하게 할 수 있는 현대인의 바쁜 생활 패턴에 의한 것으로 사료된다.

식사를 거르는 때를 보면 전체적으로 아침 결식률이 24.3%로 가장 높았으며 그 다음이 점심 1.0%, 저녁 0.5% 순이었다. 이러한 결과는 박상욱(2004)의 보고에서 나타난 아침 24.4%, 저녁 4.40%, 점심 2.08%와 비교하면 아침은 비슷한 경향을 보였으나, 점심과 저녁의 결식률은 본 조사에서 조금 낮은 경향을 보였다.

이상의 결과에서 적당한 식사는 용돈이 적을수록 아침, 점심, 저녁 식사에서 모두 높게 나타났으며, 세끼 식사 중 불규칙적이거나 결식을 하는 경우는 아침 식사에서 가장 높게 나타났으며, 가장 적당량 먹는 식사는 점심 식사였으며, 과식은 저녁 식사

에서 가장 높게 나타났다.

2) 외식빈도

한 달 용돈에 따른 남녀 대학생의 매끼 외식 빈도에 관한 조사는 Table 3과 같다. 아침 외식 빈도에서 남학생은 거의 하지 않는다가 모든 군에서 높았으며, 용돈 20만원 미만(87.2%), 20~30만원 미만(83.6%), 30만원 이상(70.2%) 순으로 높았으며, 집단간에도 유의적인 차이를 나타내었다($p<0.05$). 여학생

도 거의 하지 않는다가 높았으나 남학생과는 달리 20~30만원 미만(90.7%), 20만원 미만(85.4%), 30만원 이상(77.1%) 순으로 높았으며, 집단간에도 유의적인 차이를 나타내었다($p<0.001$). 그리고 남녀 대학생 모두 1주일에 3~4회 이상 아침 외식은 용돈 30만원 이상 집단에서 높았다(남학생: 16.9%, 여학생: 14.3%).

점심 외식 빈도에서 남학생은 용돈 20만원 이하인 한 달에 1~2회(31.9%), 1주일에 3~4회 이상

Table 2. Amount of meal

N(%)

Meal times	Sex	Variables	Monthly money for personal use			Total	Significance
			<200 thousand won	200~300 thousand won	>300 thousand won		
Breakfast	Male	Too much	0(0.0)	3(4.1)	3(2.4)	6(2.5)	$\chi^2=40.43^{****}$ (df=8)
		Poor	4(8.5)	16(21.9)	15(12.1)	35(14.3)	
		Average	21(44.7)	36(49.3)	27(21.8)	84(34.4)	
		Irregular	15(31.9)	15(20.5)	37(29.8)	67(27.5)	
		Not take	7(14.9)	3(4.1)	42(33.9)	52(21.3)	
	Female	Too much	7(4.6)	3(3.1)	0(0.0)	10(2.8)	$\chi^2=46.72^{****}$ (df=8)
		Poor	24(15.9)	27(27.8)	9(8.6)	60(17.0)	
		Average	63(41.7)	21(21.6)	24(22.9)	108(30.6)	
		Irregular	30(19.9)	25(25.8)	24(22.9)	79(22.4)	
		Not take	27(17.9)	21(21.6)	48(45.7)	96(27.2)	
Lunch	Male	Too much	3(6.4)	0(0.0)	15(12.1)	18(7.4)	$\chi^2=40.12^{****}$ (df=8)
		Poor	0(0.0)	3(4.1)	6(4.8)	9(3.7)	
		Average	41(87.2)	54(74.0)	72(58.1)	167(68.4)	
		Irregular	0(0.0)	16(21.9)	31(25.0)	47(19.3)	
		Not take	3(6.4)	0(0.0)	0(0.0)	3(1.2)	
	Female	Too much	9(6.0)	6(6.2)	0(0.0)	15(4.2)	$\chi^2=29.27^{****}$ (df=8)
		Poor	15(9.9)	12(12.4)	9(8.6)	36(10.2)	
		Average	92(60.9)	58(59.8)	48(45.7)	198(56.1)	
		Irregular	32(21.2)	21(21.6)	48(45.7)	101(28.6)	
		Not take	3(2.0)	0(0.0)	0(0.0)	3(0.8)	
Dinner	Male	Too much	9(19.1)	15(20.5)	33(26.6)	57(23.4)	$\chi^2=32.67^{****}$ (df=6)
		Poor	0(0.0)	0(0.0)	12(9.7)	12(4.9)	
		Average	35(74.5)	33(45.2)	45(36.3)	113(46.3)	
		Irregular	3(6.4)	25(34.2)	34(27.4)	62(25.4)	
		Not take	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	
	Female	Too much	33(21.9)	16(16.5)	24(22.9)	73(20.7)	$\chi^2=6.69$ (df=8)
		Poor	12(7.9)	6(6.2)	6(5.7)	24(6.8)	
		Average	49(32.5)	36(37.1)	36(34.3)	121(34.3)	
		Irregular	56(37.1)	39(40.2)	36(34.3)	131(37.1)	
		Not take	1(0.7)	0(0.0)	3(2.9)	4(1.1)	

*** $p<0.001$

(27.7%) 순이며, 용돈 20~30만원 미만은 일주일에 3~4회 이상(41.1%), 거의하지 않음(24.7%) 순이며, 30만원 이상은 일주일에 3~4회 이상(56.5%), 한 달에 1~2회(16.9%) 순으로 높았으며, 집단간에도 유의적인 차이를 나타내었다(p<0.01). 여학생은 용돈 20만원 미만과 20~30만원 미만은 거의 하지 않음(39.1, 43.3%), 일주일에 3~4회 이상(36.4, 30.9%)의 순이었으며, 30만원 이상은 일주일에 3~4회 이상(42.9%), 한 달에 1~2회(22.9%) 순으로 높았으며, 집단간에도 유의적인 차이를 나타내었다(p<0.01).

저녁 외식 빈도는 남학생은 용돈 20만원 이하의 한 달에 1~2회(38.3%), 일주일에 1~2회(34.0%) 순이며, 용돈 20~30만원 미만은 한 달에 1~2회(37.0%), 일주일에 3~4회(24.7%) 순이며, 용돈 30만원 이상은

일주일에 3~4회(46.0%), 한 달에 1~2회(24.2%) 순으로 높았으며, 집단간에도 유의적인 차이를 나타내었다(p<0.01). 여학생은 용돈 20만원 이하의 거의 하지 않음(39.7%), 한 달에 1~2회(29.8%) 순이며, 용돈 20~30만원 미만은 한 달에 1~2회(34.0%), 거의 하지 않음(30.9%) 순이며, 용돈 30만원 이상은 일주일에 1~2회(34.3%), 일주일에 3~4회(25.7%) 순으로 높았으며, 집단간에도 유의적인 차이를 나타내었다(p<0.001).

용돈 30만원 이상 집단에서 아침, 점심, 저녁의 외식빈도가 높아지는 경향을 보였으며, 이러한 현상은 특히 남학생에게서 높았다. 외식은 저녁(79.6), 점심(73.9), 아침(19.5) 순으로 많이 하였으며, 이는 김현신(1996)이 보고한 점심(54.9%), 저녁(44.8%), 아

Table 3. The frequency of eating out

N(%)

Meal times	Sex	Frequency of intake	Monthly money for personal use			Total	Significance
			<200 thousand won	200~300 thousand won	>300 thousand won		
Break-fast	Male	Over 3 or 4 times/week	3(6.4)	3(4.1)	21(16.9)	27(11.1)	$\chi^2=14.19^*$ (df=6)
		Once or twice/week	0(0.0)	6(8.2)	7(5.6)	13(5.3)	
		Once or twice/month	3(6.4)	3(4.1)	9(7.3)	15(6.1)	
		Scarcely intake	41(87.2)	61(83.6)	87(70.2)	189(77.5)	
	Female	Over 3 or 4 times/week	3(2.0)	0(0.0)	15(14.3)	18(5.1)	$\chi^2=39.28^{***}$ (df=6)
		Once or twice/week	13(8.6)	3(3.1)	0(0.0)	16(4.5)	
		Once or twice/month	6(4.0)	6(6.2)	9(8.6)	21(5.9)	
		Scarcely intake	129(85.4)	88(90.7)	81(77.1)	298(84.4)	
Lunch	Male	Over 3 or 4 times/week	13(27.7)	30(41.1)	70(56.5)	113(46.3)	$\chi^2=19.03^{**}$ (df=6)
		Once or twice/week	9(19.1)	16(21.9)	18(14.5)	43(17.6)	
		Once or twice/month	15(31.9)	9(12.3)	21(16.9)	45(18.4)	
		Scarcely intake	10(21.3)	18(24.7)	15(12.1)	43(17.6)	
	Female	Over 3 or 4 times/week	55(36.4)	30(30.9)	45(42.9)	130(36.8)	$\chi^2=19.49^{**}$ (df=6)
		Once or twice/week	16(10.6)	16(16.5)	15(14.3)	47(13.3)	
		Once or twice/month	21(13.9)	9(9.3)	24(22.9)	54(15.3)	
		Scarcely intake	59(39.1)	42(43.3)	21(20.0)	122(34.6)	
Dinner	Male	Over 3 or 4 times/week	9(19.1)	18(24.7)	57(46.0)	84(34.4)	$\chi^2=19.61^{**}$ (df=6)
		Once or twice/week	16(34.0)	16(21.9)	28(22.6)	60(24.6)	
		Once or twice/month	18(38.3)	27(37.0)	30(24.2)	75(30.7)	
		Scarcely intake	4(8.5)	12(7.5)	9(7.3)	25(10.2)	
	Female	Over 3 or 4 times/week	15(9.9)	12(12.4)	27(25.7)	54(15.3)	$\chi^2=28.41^{***}$ (df=6)
		Once or twice/week	31(20.5)	22(22.7)	36(34.3)	89(25.2)	
		Once or twice/month	45(29.8)	33(34.0)	24(22.9)	102(28.9)	
		Scarcely intake	60(39.7)	30(30.9)	18(17.1)	108(30.6)	

* p<0.05, ** p<0.01, *** p<0.001

침(0.4%) 순으로 많이 하는 것과 조금 다른 양상을 나타냈으며 빈도도 높았다.

거주형태에 따라 조사한 선행 연구(김명선 2004)에 의하면 아침외식은 자취>자택>기숙사>하숙 순이며, 점심은 자취와 자택이 기숙사와 하숙 보다 많이 했으며, 저녁은 자취와 기숙사가 하숙 학생보다 많이 하였다. 이에 외식은 거주형태도 영향을 주지만 그보다 용돈의 여유가 있는 학생 특히 남학생일수록 손쉽게 외식을 하는 것으로 사료된다. 이에 외식의 빈도가 점점 증가해 가는 현대의 식생활 교육은 가정에서의 식사 관리에 관한 교육뿐만 아니라 가정 밖에서 외식을 할 때 음식을 적절하게 선택할 수 있는 식사관리에 관한 교육이 필요하다고 사료된다.

3. 한 달 용돈에 따른 식품의 섭취빈도

1) 육류, 생선 및 두류의 섭취빈도

단백질의 주요 급원인 육류, 생선 및 두류의 섭취 빈도를 한 달 용돈에 따라 조사한 결과는 Table 4와 같다. 육류 섭취는 남녀학생 모두 용돈의 다소에 상관없이 모든 군에서 1주일에 1~2회가 가장 높게 나타났다. 여학생은 용돈이 많을수록 거의 먹지 않음이 높았으며, 집단간에도 유의적인 차이를 나타내었다($p<0.001$).

남학생의 생선 섭취는 용돈의 다소에 상관없이 모든 군에서 1주일에 1~2회가 가장 높았으며, 여학생은 모든 군에서 거의 먹지 않음이 높았으며, 남녀학생 모두 거의 먹지 않음은 용돈의 액수가 높을수

Table 4. The frequency of meat, fish and soybean intake

N(%)

Variables	Sex	Frequency of intake	Monthly money for personal use			Total	Significance
			<200 thousand won	200~300 thousand won	>300 thousand won		
Meat	Male	Over once/day	3(6.4)	9(12.3)	15(12.1)	27(11.1)	$\chi^2=8.98$ (df=6)
		3-4 times/week	12(25.5)	18(24.7)	18(14.5)	48(19.7)	
		Once or twice/week	29(61.7)	46(63.0)	85(68.5)	160(65.6)	
		Scarcely intake	3(6.4)	0(0.0)	6(4.8)	9(3.7)	
	Female	Over once/day	9(6.0)	3(3.1)	0(0.0)	12(3.4)	$\chi^2=33.46^{***}$ (df=6)
		3-4 times/week	12(7.9)	9(9.3)	24(22.9)	45(12.7)	
		Once or twice/week	110(72.8)	58(59.8)	51(48.6)	219(62.0)	
		Scarcely intake	20(13.2)	27(27.8)	30(28.6)	77(21.8)	
Fish	Male	Over once/day	6(12.8)	6(8.2)	12(9.7)	24(9.8)	$\chi^2=8.53$ (df=6)
		3-4 times/week	6(12.8)	6(8.2)	9(7.3)	21(8.6)	
		Once or twice/week	28(59.6)	36(49.3)	57(46.0)	121(49.6)	
		Scarcely intake	7(14.9)	25(34.2)	46(37.1)	78(32.0)	
	Female	Over once/day	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	$\chi^2=5.86$ (df=4)
		3-4 times/week	17(11.3)	6(6.2)	9(8.6)	32(9.1)	
		Once or twice/week	67(44.4)	37(38.1)	36(34.3)	140(39.7)	
		Scarcely intake	67(44.4)	54(55.7)	60(57.1)	181(51.3)	
Soy-bean	Male	Over once/day	6(12.8)	3(4.1)	15(12.1)	24(9.8)	$\chi^2=15.05^*$ (df=6)
		3-4 times/week	9(19.1)	6(8.2)	6(4.8)	21(8.6)	
		Once or twice/week	22(46.8)	34(46.6)	57(46.0)	113(46.3)	
		Scarcely intake	10(21.3)	30(41.1)	46(37.1)	86(35.2)	
	Female	Over once/day	15(9.9)	3(3.1)	3(2.9)	21(5.9)	$\chi^2=21.42^{**}$ (df=6)
		3-4 times/week	15(9.9)	15(15.5)	9(8.6)	39(11.0)	
		Once or twice/week	52(34.4)	33(34.0)	21(20.0)	106(30.0)	
		Scarcely intake	69(45.7)	46(47.4)	72(68.6)	187(53.0)	

* $p<0.05$, ** $p<0.01$, *** $p<0.001$

특 높게 나타났다.

식물성 단백질의 주요 급원인 두류의 섭취에서도 남학생은 용돈의 다소에 상관없이 모든 군에서 1주일에 1~2회(46.3%), 거의 먹지 않음(35.2%) 순이었으나, 여학생은 모든 군에서 거의 먹지 않음(53.0%), 1주일에 1~2회(30.0%) 순으로 높았으며, 특히 용돈 30만원 이상 군에서 거의 먹지 않음이 가장 높았으며, 집단 간에도 유의적인 차이를 나타내었다(P<0.01).

김민정(1992)의 보고에서는 육류, 생선, 두류의 섭취에서 남녀 모두 3일에 1회가 가장 높은 것과 비교하면 본 연구에서는 남녀 대학생의 육류 섭취와 남학생의 생선, 두류 섭취 빈도는 비슷한 양상을 보이나 여학생의 생선, 두류의 섭취는 다른 양상을 보였다.

이상의 결과에서 육류, 생선 및 두류의 섭취 횟수에 영향을 미치는 것은 용돈의 다소 뿐만 아니라

남녀 성별에 의해서도 영향이 크며 이는 여학생의 경우 용돈의 액수가 많을수록 식품 선정에 있어서 영양적인 면보다는 기호와 맛을 더 증시한 결과로 사료된다.

2) 우유, 유제품과 멸치의 섭취 빈도

칼슘의 주요 급원인 우유, 유제품, 멸치의 섭취 빈도를 한 달 용돈에 따라 조사한 결과는 Table 5 와 같다. 남학생의 우유 섭취는 용돈 20만원 미만과 20~30만원 이상은 거의 먹지 않음(34.0, 34.2%), 1주일에 3~4회(31.9, 28.8%) 순이었으며, 30만원 이상은 1주일에 1~2회(37.1%), 거의 먹지 않음(33.9%) 순이었다. 여학생은 용돈 20만원 미만은 거의 먹지 않음(30.5%) 일주일에 1~2회(26.5%) 순이었으며, 20~30만원 미만은 1주일에 1~2회(49.5%), 거의 먹

Table 5. The frequency of milk, milk products and dried anchovy intake N(%)

Variables	Sex	Frequency of intake	Monthly money for personal use			Total	Significance
			<200 thousand won	200~300 thousand won	>300 thousand won		
Milk	Male	Over once/day	6(12.8)	12(16.4)	18(14.5)	36(14.8)	$\chi^2=12.56$ (df=6)
		3-4 times/week	15(31.9)	21(28.8)	18(14.5)	54(22.1)	
		Once or twice/week	10(21.3)	15(20.5)	46(37.1)	71(29.1)	
		Scarcely intake	16(34.0)	25(34.2)	42(33.9)	83(34.0)	
	Female	Over once/day	33(21.9)	12(12.4)	18(17.1)	63(17.8)	$\chi^2=18.84^{***}$ (df=6)
		3-4 times/week	32(21.2)	15(15.5)	30(28.6)	77(21.8)	
		Once or twice/week	40(26.5)	48(49.5)	30(28.6)	118(33.4)	
		Scarcely intake	46(30.5)	22(22.7)	27(25.7)	95(26.9)	
Milk products	Male	Over once/day	6(12.8)	12(16.4)	9(7.3)	27(11.1)	$\chi^2=7.45$ (df=6)
		3-4 times/week	3(6.4)	6(8.2)	12(9.7)	21(8.6)	
		Once or twice/week	25(53.2)	30(41.1)	51(41.1)	106(43.4)	
		Scarcely intake	13(27.7)	25(34.2)	52(41.9)	90(36.9)	
	Female	Over once/day	18(11.9)	6(6.2)	18(17.1)	42(11.9)	$\chi^2=16.40^*$ (df=6)
		3-4 times/week	33(21.9)	16(16.5)	24(22.9)	73(20.7)	
		Once or twice/week	47(31.1)	48(49.5)	42(40.0)	137(38.8)	
		Scarcely intake	53(35.1)	27(27.8)	21(20.0)	101(28.6)	
Dried anchovy	Male	Over once/day	0(0.0)	3(4.1)	9(7.3)	12(4.9)	$\chi^2=18.12^{***}$ (df=6)
		3-4 times/week	6(12.8)	6(8.2)	0(0.0)	12(4.9)	
		Once or twice/week	21(44.7)	28(38.4)	54(43.5)	103(42.2)	
		Scarcely intake	20(42.6)	36(49.3)	61(49.2)	117(48.0)	
	Female	Over once/day	6(4.0)	6(6.2)	6(5.7)	18(5.1)	$\chi^2=24.61^{****}$ (df=6)
		3-4 times/week	6(4.0)	15(15.5)	6(5.7)	27(7.6)	
		Once or twice/week	56(37.1)	27(27.8)	18(17.1)	101(28.6)	
		Scarcely intake	83(55.0)	49(50.5)	75(71.4)	207(58.6)	

* p<0.05, ** p<0.01, *** p<0.001

지 않음(22.7%) 순이었으며, 30만원 이상은 일주일에 3~4회(28.6%)와 일주일에 1~2회(28.6%)가 같은 비율을 나타내었으며, 집단간에도 유의적인 차이를 나타내었다($P<0.01$).

남학생의 유제품 섭취는 용돈 20만원 미만과 20~30만원 미만은 일주일에 1~2회(53.2, 41.1%), 거의 먹지 않음(27.7, 34.2%) 순으로 높았으나, 용돈 30만원 이상은 거의 먹지 않음(41.9%), 일주일에 1~2회(41.1%) 순이었다. 여학생은 용돈 20만원 미만은 거의 먹지 않음(35.1%), 일주일에 1~2회(31.1%), 20~30만원 미만은 일주일에 1~2회(49.5%), 거의 먹지 않음(27.8%) 순이었으며, 30만원 이상은 일주일에 1~2회(40.0%), 일주일에 3~4회(22.9%) 순으로 높았으며, 집단간에도 유의적인 차이를 나타내었다($P<0.01$). 남학생은 용돈이 많을수록 유제품의 섭취가 낮은 것과 대조적으로 여학생은 용돈이 많을수록 유제품의 섭취가 높게 나타났다.

이는 정남용과 최순남(2002)의 보고에서 우유 및 유제품을 남학생 24.4%, 여학생 15.9%가 매일 섭취한다는 것과 비교하면 본 조사에서는 남학생 13.0%, 여학생 14.9%로 보다 낮은 섭취와 다른 양상을 보였다.

남학생의 멸치 섭취는 용돈 20만원 미만은 일주일에 1~2회(44.7%), 거의 먹지 않음(42.6%) 순이었으며, 20~30만원 미만과 30만원 이상은 거의 먹지 않음(49.3, 49.2%) 일주일에 1~2회(38.4, 43.5%) 순으로 높았으며, 집단간에도 유의적인 차이를 나타내었다($P<0.01$). 여학생은 모든 군에서 거의 먹지 않음이 가장 높았으며, 특히 용돈 30만원 이상에서 가장 높았으며, 집단간에도 유의적인 차이를 나타내었다($P<0.001$).

이상의 결과에서 여학생은 용돈이 높을수록 우유와 유제품의 섭취는 높게 나타났으나, 멸치의 섭취는 용돈 30만원 이상에서 가장 적게 섭취하는 것으로 나타났다.

국민영양조사의 결과(한국영양학회 2000)에 의하면 한국인의 1일 칼슘 권장량은 20세 이상 성인은 700 mg, 청소년은 800~900 mg이지만, 현재 우리나라 청소년의 칼슘 섭취량은 500~600 mg 정도로 필요량에 비해 섭취량이 많이 부족되는 영양소로 나타났다(보건복지부 1999, 이일하 등 2000). 멸치는

한국인의 식생활에 있어서 칼슘의 좋은 보고이므로 현대 청소년층이 많이 섭취할 수 있도록 청소년들의 미각에 맞는 맛, 텍스처, 향기, 색상 등을 고려한 다양한 요리법으로 예를 들면 기존의 멸치조림보다는 텍스처를 고려하여 통멸치보다는 가루로 성형(성형 중 자연의 색소첨가)하여 이용한다거나, 향기에 있어서도 청소년들이 좋아하는 카레 향을 첨가한다거나 브로콜리나 파프리카같은 영양가와 색을 모두 겸비한 야채를 첨가한 요리법 등의 개발이 요망된다.

3) 과일, 채소와 해조류의 섭취 빈도

비타민과 무기질의 주요 급원인 과일, 채소, 해조류의 섭취 빈도를 한 달 용돈에 따라 조사한 결과는 Table 6과 같다. 남학생의 과일 섭취는 용돈의 다소에 관계없이 모든 군에서 일주일에 1~2회가 가장 높았으며, 거의 먹지 않음은 용돈 20~30만원(24.7%), 30만원 이상(17.7%), 20만원 미만(14.9%) 순으로 높았다. 여학생은 용돈 20만원 미만과 20~30만원 이상은 일주일에 1~2회(36.4, 32.2%), 일주일에 3~4회(28.5, 27.8%) 순이었으며, 30만원 이상은 일주일에 3~4회(34.3%), 하루 1회 이상과 일주일에 1~2회(25.7%) 순으로 높았다.

남학생의 채소 섭취는 용돈의 다소에 관계없이 모든 군에서 1일 1회 이상이 가장 높았으며, 거의 먹지 않음은 용돈 30만원 이상에서 19.4%의 높은 비율을 나타냈으며, 집단간에도 유의적인 차이를 나타내었다($P<0.01$). 여학생은 용돈 20만원 미만과 20~30만원 이상은 1일 1회 이상이 가장 높았으나, 30만원 이상은 일주일에 3~4회가 가장 높았으며, 집단간에도 유의적인 차이를 나타내었다($P<0.01$).

정남용과 최순남(2002)의 보고에서 조사 대상자의 27.9%가 채소류를 항상 먹는 것과 비교해 본 조사에서는 전체 평균 38.9%로 보다 높은 섭취를 보였다.

남학생의 해조류 섭취는 용돈의 다소에 관계없이 모든 군에서 일주일에 1~2회가 가장 높게 나타났으며, 거의 먹지 않음은 용돈 30만원 이상(39.5%), 20~30만원 미만(32.9%), 20만원 이하(21.3%) 순으로 높았다. 여학생은 용돈의 다소에 관계없이 모든 군에서 거의 먹지 않음이 가장 높았으며, 집단간에도 유의적인 차이를 나타내었다($P<0.001$).

Table 6. The frequency of fruits, vegetables and seaweeds intake

N(%)

Variables	Sex	Frequency of intake	Monthly money for personal use			Total	Significance	
			<200 thousand won	200~300 thousand won	>300 thousand won			
Fruits	Male	Over once/day	6(12.8)	12(16.4)	24(19.4)	42(17.2)	$\chi^2=5.75$ (df=6)	
		3-4 times/week	9(19.1)	18(24.7)	30(24.2)	57(23.4)		
		Once or twice/week	25(53.2)	25(34.2)	48(38.7)	98(40.2)		
		Scarcely intake	7(14.9)	18(24.7)	22(17.7)	47(19.3)		
	Female	Over once/day	35(23.2)	19(19.6)	27(25.7)	81(22.9)		$\chi^2=5.47$ (df=6)
		3-4 times/week	43(28.5)	27(27.8)	36(34.3)	106(30.0)		
		Once or twice/week	55(36.4)	39(32.2)	27(25.7)	121(34.3)		
		Scarcely intake	18(11.9)	12(12.4)	15(14.3)	45(12.7)		
Vegetables	Male	Over once/day	22(46.8)	24(32.9)	54(43.5)	100(41.0)	$\chi^2=19.61^{**}$ (df=6)	
		3-4 times/week	13(27.7)	21(28.8)	19(15.3)	53(21.7)		
		Once or twice/week	12(25.5)	22(30.1)	27(21.8)	61(25.0)		
		Scarcely intake	0(0.0)	6(8.2)	24(19.4)	30(12.3)		
	Female	Over once/day	66(43.7)	37(38.1)	27(25.7)	130(36.8)		$\chi^2=24.01^{**}$ (df=6)
		3-4 times/week	21(13.9)	27(27.8)	42(40.0)	90(25.5)		
		Once or twice/week	43(28.5)	21(21.6)	24(22.9)	88(24.9)		
		Scarcely intake	21(13.9)	12(12.4)	12(11.4)	45(12.7)		
Seaweeds	Male	Over once/day	6(12.8)	6(8.2)	9(7.3)	21(8.6)	$\chi^2=6.00$ (df=6)	
		3-4 times/week	3(6.4)	6(8.2)	9(7.3)	18(7.4)		
		Once or twice/week	28(59.6)	37(50.7)	57(46.0)	122(50.0)		
		Scarcely intake	10(21.3)	24(32.9)	49(39.5)	83(34.0)		
	Female	Over once/day	9(6.0)	3(3.1)	6(5.7)	18(5.1)		$\chi^2=24.78^{***}$ (df=6)
		3-4 times/week	3(2.0)	0(0.0)	12(11.4)	15(4.2)		
		Once or twice/week	52(34.4)	39(40.2)	24(22.9)	115(32.6)		
		Scarcely intake	87(57.6)	55(56.7)	63(60.0)	205(58.1)		

* p<0.05, ** p<0.01, *** p<0.001

정남용과 최순남(2002)의 보고에서 해조류의 섭취는 전체적으로 거의 먹지 않거나 주 2회 이하 섭취가 남학생 80.0%, 여학생 72.7% 인 것과 비교하면 본 조사에서는 남학생 84.0%, 여학생 90.7%로 남학생은 비슷한 섭취율이었으나 여학생은 보다 낮은 섭취율을 보였다.

4) 밥과 빵의 섭취 빈도

탄수화물의 주요 급원인 밥과 빵의 섭취 빈도를 한 달 용돈에 따라 조사한 결과는 Table 7과 같다. 남학생의 밥 섭취는 모든 군에서 가장 높게 나타난 1일 1회 이상은 용돈 20만원 미만과 20~30만원 이

상은 100%이었으나 용돈 30만원 이상은 90.3%이었으며, 집단간에도 유의적인 차이를 나타내었다(P<0.01). 여학생은 모든 군에서 가장 높은 1일 1회 이상은 용돈 20만원 미만(88.1%), 20~30만원 미만(87.6%), 30만원 이상(68.6%) 순으로 높았으며, 집단간에도 유의적인 차이를 나타내었다(P<0.01).

남학생의 빵 섭취는 모든 군에서 가장 높게 나타난 거의 먹지 않음은 용돈 20만원 미만(53.2%), 30만원 이상(49.2%), 20~30만원 미만(45.2%) 순으로 높았으며, 집단간에도 유의적인 차이를 나타내었다(P<0.01). 여학생은 용돈 20만원 미만과 20~30만원 이상은 1주일에 1~2회(45.0, 49.5%), 거의 먹지 않

Table 7. The frequency of rice and bread intake

N(%)

Variables	Sex	Frequency of intake	Monthly money for personal use			Total	Significance
			<200 thousand won	200~300 thousand won	>300 thousand won		
Rice	Male	Over once/day	47(100.0)	73(100.0)	112(90.3))	232(95.1)	$\chi^2=12.21^{**}$ (df=2)
		3-4 times/week	0(0.0)	0(0.0)	12(9.7)	12(4.9)	
		Once or twice/week	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	
		Scarcely intake	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	
	Female	Over once/day	133(88.1)	85(87.6)	72(68.6)	290(82.2)	$\chi^2=23.93^{**}$ (df=6)
		3-4 times/week	15(9.9)	9(9.3)	27(25.7)	51(14.4)	
		Once or twice/week	3(2.0)	3(3.1)	3(2.9)	9(2.5)	
		Scarcely intake	0(0.0)	0(0.0)	3(2.9)	3(0.8)	
Bread	Male	Over once/day	0(0.0)	3(4.1)	0(0.0)	3(1.2)	$\chi^2=21.68^{**}$ (df=6)
		3-4 times/week	6(12.8)	18(24.7)	9(7.3)	33(13.5)	
		Once or twice/week	16(34.0)	19(26.0)	54(43.5)	89(36.5)	
		Scarcely intake	25(53.2)	33(45.2)	61(49.2)	119(48.8)	
	Female	Over once/day	11(7.3)	3(3.1)	3(2.9)	17(4.8)	$\chi^2=46.13^{***}$ (df=6)
		3-4 times/week	24(15.9)	15(15.5)	42(40.0)	81(22.9)	
		Once or twice/week	68(45.0)	48(49.5)	15(14.3)	131(37.1)	
		Scarcely intake	48(31.8)	31(32.0)	45(42.9)	124(35.1)	

** p<0.01, *** p<0.001

음(31.8, 32.0%) 순이었으며, 30만원 이상은 거의 먹지 않음(42.9%), 일주일에 3~4회(40.0%) 순으로 높았으며, 집단간에도 유의적인 차이를 나타내었다(P<0.001).

이상의 결과에서 밥의 섭취는 남녀 대학생 모두 용돈 30만원 이상 집단에서 적게 섭취하는 것으로 나타났다. 이는 용돈의 액수가 많을수록 요즈음 청소년들이 좋아하는 패스트푸드, 인스턴트면류, 스낵류 등과 같은 메뉴의 선택 폭이 광범위함을 시사하는 일례로 사료된다.

5) 스낵류, 탄산음료 및 주류의 섭취빈도

기호식품인 스낵류, 탄산음료, 주류의 섭취 빈도를 한 달 용돈에 따라 조사한 결과는 Table 8과 같다. 남학생의 스낵류 섭취는 용돈의 다소에 관계없이 모든 군에서 1주일에 1~2회가 가장 높았으며, 거의 먹지 않음은 용돈 30만원 이상(34.7%), 20~30만원 미만(21.9%), 20만원 미만(14.9%) 순으로 높았으며, 집단간에도 유의적인 차이를 나타내었다(P<0.05). 여학생은 용돈 20만원 미만은 1주일에 3~4회(30.5%), 1주일에 1~2회(29.8%) 순으로 나타났으며, 20~30만원 미

만은 1주일에 1~2회(43.3%), 1주일에 3~4회(28.9%) 순이었으며, 30만원 이상은 하루에 1회 이상(40.0%), 일주일에 1~2회(34.3%) 순으로 높았으며, 집단 간에도 유의적인 차이를 나타내었다(P<0.001).

남학생의 탄산음료 섭취는 용돈의 다소에 관계없이 1일 1회 이상이 가장 높았다. 여학생은 용돈 20만원 미만은 일주일에 1~2회(32.5%)가 가장 높았으며, 20~30만원 미만은 1주일에 3~4회(44.3%)가 가장 높았으며, 30만원 이상은 1일 1회 이상(34.3%)이 가장 높았으며, 집단 간에도 유의적인 차이를 나타내었다(P<0.001).

국내에서는 패스트푸드에 비해 탄산음료의 해독이 덜 알려져 있지만 의학자들은 탄산음료가 치아의 손상, 비만, 뼈 손실 등을 불러올 수 있다고 경고하고 있다. 탄산음료의 산과 카페인, 당분 성분이 인체에 해를 끼친다는 것. 특히 콜라에 많이 들어있는 인산염을 과잉 섭취하면 몸에 필요한 칼슘, 철분, 아연 등이 몸안에 흡수되지 않고 배출되며, 아이들은 공격적으로 되고 집중력이 떨어지므로 이러한 지식을 청소년들에게 널리 교육하는 한편, 인체에 유익한 토마토, 사과, 배, 귤 등의 과일을 이용한 음료들의 권장과 아

Table 8. The frequency of snack, carbonated beverages and alcohol intake

N(%)

Variables	Sex	Frequency of intake	Monthly money for personal use			Total	Significance
			<200 thousand won	200~300 thousand won	>300 thousand won		
Snack	Male	Over once/day	9(19.1)	18(24.7)	18(14.5)	45(18.4)	$\chi^2=13.34^*$ (df=6)
		3-4 times/week	6(12.8)	15(20.5)	18(14.5)	39(16.0)	
		Once or twice/week	25(53.2)	24(32.9)	45(36.3)	94(38.5)	
		Scarcely intake	7(14.9)	16(21.9)	43(34.7)	66(27.0)	
	Female	Over once/day	27(17.9)	21(21.6)	42(40.0)	90(25.5)	$\chi^2=46.13^{***}$ (df=6)
		3-4 times/week	46(30.5)	28(28.9)	18(17.1)	92(26.1)	
		Once or twice/week	45(29.8)	42(43.3)	36(34.3)	123(34.8)	
		Scarcely intake	33(21.9)	6(6.2)	9(8.6)	48(35.1)	
Carbonated beverages	Male	Over once/day	19(40.4)	24(32.9)	51(41.1)	94(38.5)	$\chi^2=8.26$ (df=6)
		3-4 times/week	6(12.8)	15(20.5)	27(21.8)	48(19.7)	
		Once or twice/week	19(40.4)	22(30.1)	37(29.8)	78(32.0)	
		Scarcely intake	3(6.4)	12(16.4)	9(7.3)	24(9.8)	
	Female	Over once/day	17(11.3)	21(21.6)	36(34.3)	74(21.0)	$\chi^2=34.58^{***}$ (df=6)
		3-4 times/week	45(29.8)	43(44.3)	24(22.9)	112(31.7)	
		Once or twice/week	49(32.5)	12(12.4)	24(22.9)	85(24.1)	
		Scarcely intake	40(26.5)	21(21.6)	21(20.0)	82(23.2)	
Alcohol	Male	Over once/day	3(6.4)	0(0.0)	6(4.8)	9(3.7)	$\chi^2=13.54^*$ (df=6)
		3-4 times/week	15(31.9)	21(28.8)	36(29.0)	72(29.5)	
		Once or twice/week	10(21.3)	36(49.3)	48(38.7)	94(38.5)	
		Scarcely intake	19(40.4)	16(21.9)	34(27.4)	69(28.3)	
	Female	Over once/day	6(4.0)	3(3.1)	3(2.9)	12(3.4)	$\chi^2=28.64^{***}$ (df=6)
		3-4 times/week	9(6.0)	15(15.5)	18(17.1)	42(11.9)	
		Once or twice/week	15(9.9)	15(15.5)	30(28.6)	60(17.0)	
		Scarcely intake	121(80.1)	64(66.0)	54(51.4)	239(67.7)	

* p<0.05, *** p<0.001

올려 식품 선택 시 맛보다는 영양을 고려한 선택을 중시하도록 하는 영양교육이 적극 권장된다.

남학생의 주류 섭취는 용돈 20만원 미만은 거의 먹지 않음(40.4%)이 가장 높았으며, 20~30만원 미만과 30만원 이상은 1주일에 1~2회가 가장 높았으며, 집단 간에도 유의적인 차이를 나타내었다 (P<0.05). 여학생은 모든 군에서 가장 높게 나타난 거의 먹지 않음은 용돈 20만원 미만(80.1%), 20~30만원 미만(66.0%), 30만원 이상(51.4%) 순으로 높았으며, 집단 간에도 유의적인 차이를 나타내었다 (P<0.001).

음주가 식사의 규칙성을 저해하고, 특히 아침식사를 불규칙하게 한다(노정미와 유영상 1989, 류은순 1993)고 하였으며, '98 국민 건강, 영양조사(보건복

지부 1999)에 따르면 연령대별로는 70대 이상이 31%로 가장 낮은 반면 연령이 낮을수록 음주율은 점차 증가하여 20대 음주율은 83%로 가장 높았고 남자는 89.8%, 여자는 77.2%의 높은 음주율을 보였으나, 본 조사에서는 남학생 71.7%, 여학생 32.3%로 낮게 나타났으며, 특히 여학생에게서 현저하게 낮게 나타났다.

이상의 결과에서 스낵류의 섭취는 남학생은 용돈의 액수가 높을수록 섭취하지 않는 반면 여학생은 용돈의 액수가 높을수록 많이 섭취하는 것으로 나타났으며, 탄산음료의 섭취는 여학생은 용돈의 액수가 높을수록 많이 섭취하는 것으로 나타났으며, 음주는 남녀 대학생 모두 용돈의 액수가 가장 낮은 집단에서 거의 섭취하지 않는 비율이 높았다.

Table 9. The frequency of fast food and instant noodles intake N(%)

Variables	Sex	Frequency of intake	Monthly money for personal use			Total	Significance	
			<200 thousand won	200~300 thousand won	>300 thousand won			
Fast food	Male	Over once/day	3(6.4)	3(4.1)	3(2.4)	9(3.7)	$\chi^2=11.33$ (df=6)	
		3-4 times/week	3(6.4)	6(8.2)	6(4.8)	15(6.1)		
		Once or twice/week	13(27.7)	21(28.8)	60(48.4)	94(38.5)		
		Scarcely intake	28(59.6)	43(58.9)	55(44.4)	126(51.6)		
	Female	Over once/day	0(0.0)	0(0.0)	6(5.7)	6(1.7)		$\chi^2=33.53^{***}$ (df=6)
		3-4 times/week	15(9.9)	12(12.4)	15(14.3)	42(11.9)		
		Once or twice/week	57(37.7)	57(58.8)	54(51.4)	168(47.6)		
		Scarcely intake	79(52.3)	28(28.9)	30(28.6)	137(38.8)		
Instant noodles	Male	Over once/day	9(19.1)	18(24.7)	24(19.4)	51(20.9)	$\chi^2=5.70$ (df=6)	
		3-4 times/week	18(38.3)	36(49.3)	55(44.4)	109(44.7)		
		Once or twice/week	19(40.4)	18(24.7)	39(31.5)	76(31.1)		
		Scarcely intake	1(2.1)	1(1.4)	6(4.8)	8(3.3)		
	Female	Over once/day	24(15.9)	3(3.1)	21(20.0)	48(13.6)		$\chi^2=41.18^{***}$ (df=6)
		3-4 times/week	51(33.8)	43(44.3)	60(57.1)	154(43.6)		
		Once or twice/week	59(39.1)	48(49.5)	18(17.1)	125(35.4)		
		Scarcely intake	17(11.3)	3(3.1)	6(5.7)	26(7.4)		

*** p<0.001

6) 패스트푸드와 인스턴트 면류의 섭취빈도

남녀대학생이 가장 빈번히 섭취하는 피자, 햄버거, 감자튀김 등과 같은 패스트푸드와 라면, 컵라면, 3분 우동 등과 같은 인스턴트 면류의 섭취 빈도를 한 달 용돈에 따라 조사한 결과는 Table 9와 같다. 남학생의 패스트푸드 섭취는 용돈 20만원 미만과 20~30만원 이상은 거의 먹지 않음(59.6, 58.9%)이 가장 높았으나, 30만원 이상은 1주일에 1-2회(48.4%)가 가장 높았다. 여학생은 용돈 20만원 미만은 거의 먹지 않음(52.3%)이 가장 높았으나, 20~30만원 미만과 30만원 이상은 1주일에 1~2회(58.8, 51.4%)가 가장 높았으며, 집단간에도 유의적인 차이를 나타내었다(P<0.01).

남학생의 인스턴트 면류 섭취는 용돈 20만원 미만은 1주일에 1~2회(40.4%)가 가장 높았으나, 20~30만원 미만과 30만원 이상은 1주일 3~4회(49.3, 44.4%)가 가장 높았다. 여학생은 용돈 20만원 미만과 20~30만원 이상은 1주일에 1~2회(39.1, 49.5%)가 가장 높았으나, 30만원 이상은 1주일에 3~4회(57.1%)가 가장 높았으며, 집단간에도 유의적인 차이를 나타내었다(P<0.001).

이상의 결과에서 패스트푸드의 섭취는 남녀대학생 모두 용돈의 액수가 높을수록 섭취 비율이 다소 높게 나타났으며, 인스턴트 면류의 섭취는 용돈 30만원 이상의 여학생 집단에서 다소 높게 나타났다.

IV. 요약 및 결론

본 연구는 남녀 대학생을 대상으로 설문지를 통하여 식사량, 외식빈도, 5군 식품과 스낵류, 탄산음료, 주류, 패스트푸드, 인스턴트면류 등의 섭취빈도를 조사하여 다음과 같은 결과를 얻었다.

1. 식사량을 적당하게 섭취하는 것은 용돈이 적은 집단일수록 아침, 점심, 저녁 식사에서 모두 높았고, 세끼 식사 중 불규칙적이거나 결식은 아침 식사에서 가장 높았으며, 가장 적당량 먹는 식사는 점심 식사이였으며, 과식은 저녁 식사에서 높았다. 그리고 용돈의 액수가 많은 학생이 아침 결식률이 높았다.
2. 외식은 남녀 대학생 모두 용돈 30만원 이상 집단에서 아침, 점심, 저녁의 외식빈도가 높아지는

경향이였다.

3. 육류, 생선 및 콩의 섭취 횟수에 영향을 미치는 것은 용돈의 다소 뿐만 아니라 남녀 성별에 의해서도 영향이 큰 것으로 사료되며, 여학생이 남학생보다 단백질 섭취 횟수가 낮았으며, 특히 용돈 30만원 이상 집단에서 낮았다. 이는 여학생의 경우 식품 선정에 있어서 영양적인 면보다는 기호와 맛을 더 중시한 결과로 사료된다.
4. 남학생은 용돈 30만원 이상에서 우유와 멸치의 섭취가 낮았으며, 여학생은 용돈이 높을수록 우유와 유제품의 섭취는 높았으나, 멸치의 섭취는 용돈 30만원 이상에서 가장 적게 섭취하였다.
5. 채소류의 섭취는 남녀 대학생 모두 용돈 30만원 이상인 집단에서 낮았으며, 남학생의 해조류 섭취는 용돈의 다소에 관계없이 모든 군에서 일주일에 1~2회가 가장 높게 나타났으며, 여학생은 용돈의 다소에 관계없이 모든 군에서 거의 먹지 않음이 가장 높았다.
6. 밥의 섭취는 남녀 대학생 모두 용돈 30만원 이상 집단에서 적게 섭취하였다. 이는 용돈의 액수가 많을수록 요즈음 청소년들이 좋아하는 패스트푸드, 인스턴트면류, 스낵류 등과 같은 메뉴의 선택 폭이 광범위함을 시사하는 일례로 사료된다.
7. 스낵류의 섭취는 남학생은 용돈의 액수가 높을수록 섭취하지 않는 반면 여학생은 용돈의 액수가 높을수록 많이 섭취하는 것으로 나타났으며, 탄산음료의 섭취는 남학생은 용돈의 다소에 관계없이 1일 1회 이상이 가장 높았으며, 여학생은 용돈의 액수가 높을수록 1일 1회 이상이 높았다. 주류는 남녀 대학생 모두 용돈의 액수가 가장 낮은 집단에서 섭취하지 않는 비율이 높았다.
8. 패스트푸드의 섭취는 남녀 대학생 모두 용돈의 액수가 높을수록 섭취 비율이 다소 높았으며, 인스턴트 면류의 섭취는 용돈 30만원 이상의 여학생 집단에서 다소 높았다.

이상의 결과, 용돈의 액수가 높은 대학생일수록 적절하지 못한 식사와 빈번한 외식, 그리고 육류, 생선, 콩, 멸치, 채소, 해조류, 밥의 섭취 빈도가 낮게 나타난 반면 탄산음료와 주류의 섭취 빈도는 높게 나타났다. 따라서 대학생의 적절한 식생활 관리

에는 대학생 개인의 풍족한 용돈이 반드시 좋은 영향을 미치지 않는다는 것을 알 수 있었다. 이는 대학생들이 식생활에 대한 올바른 지식과 중요성을 아직 잘 인식하지 못한 채 영양보다는 맛을 중시하며, 인스턴트 식품 및 패스트푸드와 같은 간편함과 편리함을 추구하는 한 단면적인 결과로 간주된다. 이에 자신의 식생활을 바르게 진단하고 문제점을 파악하여 바른 식습관의 방향을 인지하고 이를 실천에 옮길 수 있는 식사관리에 관한 올바른 교육이 가정뿐만 아니라 학교와 사회가 주축이 되어 적극적으로 필요하다고 사료된다.

참고문헌

- 문수재. 1989. 영양생태학, 신광출판사.
- Bailey S, Goldberg JP. 1989. Eating patterns and weight concerns of college women. *J. Am. Diet. Assoc.*, 89(1): 95-96
- Chung NY, Choi SN. 2002. Body mass index and food habits of female university students in Seoul. *Korean J. Soc. Food cookery Sci.*, 18(5):505-515
- Cosper BA, Wakefield. 1975. Personal, attitudinal and motivational factors-food choices of woman. *J. Am. Diet. Assoc.*, 66:152-159
- Gwirtsman HE, Kaye WH. 1989. Energy intake and dietary macro nutrient content in women with anorexia nervosa and volunteers. *J. Am. Diet. Assoc.*, 89(1):54-60
- Han HS. 2001. A study on the dietary behaviors and life style of college students in Chung-Nam area. Master thesis. The Wankwang University of Korea.
- Kim HS. 1996. A study on food behaviors of college students in Jeon Buk area. Master thesis. The Wankwang University of Korea.
- Kim MJ. 1992. A survey on dietary behavior of the hamburger Store Customer. Master thesis. The Ewha Womans University of Korea.
- Kim MS. 2004. A study on the eating behavior of the university students by type of residence in Taeback city. *J Korean Home Econ.*, 42(10):1-10
- Lee IH, You CH, Kim SH, Lee SS, Lee YS. 2000. A study on the level of Calcium and Phosphorus recommended dietary allowances for Koreans, Research of ministry of health and welfare.
- Lee YM. 1986. A study of value evaluation for dietary attitude and foods among urban youth. Doctoral thesis. The Yonsei University of Korea.
- Lee YM, Lee KW. 1994. Weight concerns and eating patterns of college woman. *Korean Home Economics*

- Assoc., 32(2): 193-205
- Lee YS, Lim NY, Park KH. 1994. A survey on food culture of college student in Seoul area. Korean J. dietary culture, 9(4):369-378
- Ministry of health & welfare. 1999. National health survey in 1998.
- Mo SM. 1986. The effect of public nutrition and dietary attitude on food service industry envelopment. Korean J. Nutr., 19(2):120-128
- Moon SJ, Kim JY. 1992. A study of value evaluation for foods among college students. Korean J. dietary culture, 8(1): 25-34
- Mortenson GM, Hoerr SL, Garmer DH. 1993. Predictors body satisfaction in college women. J. Am. Diet. Assoc., 93(9): 1037-1043
- Nam HS, Ly SY. 1992. A survey on iron intake and nutritional status of female college students of Chnugnam National University. Korean J. Nutr., 25(5): 404-412
- Nam JE. 2002. A study on the conditions of nutrition intake, health, and eating behavior in some female college students dependent on their intake of breakfast. Master thesis, The Wankwang university of Korea.
- Noh JM. 1997. A study on dietary patterns and behaviors of self-boarding college students in Wonju areas. Korean J. Dietary Culture, 12(5):495-507
- Noh JM, Yu YS. 1989. A Study on the Survey of Eating out Food Preference of College Students in Seoul(1). J. Korean Home Econ., 27(2):65-74
- Park SW. 2004. The effect of eating habits and lifestyle on the food intake of university students in Daejeon. J East Asian Soc Dietary life, 14(1):11-19
- Ryu ES. 1993. A study on dietary behaviors of college students on Pusan. Korean J. Dietary Culture, 8(1):43-53
- The Korean Nutrition Society. 2000. Recommended dietary allowances for Koreans(7th Revision).
-
- (2004년 9월 22일 접수, 2005년 3월 24일 채택)