

일부 남·녀 대학생들의 편의식에 대한 기호도와 식태도에 관한 비교

임영숙[†] · 박혜련* · 한귀정

농촌자원개발연구소 농산물가공이용과 · 명지대학교 식품영양학과*

Comparison of Preference for Convenience and Dietary Attitude in College Students by Sex in Seoul and Kyunggi-do Area

Young Suk Lim[†] · Hae Ryun Park* · Gwi Jung Han

Rural Resources Development Institute NIAST, RDA,
Dept. of Food & Nutrition, Myongji University*

ABSTRACT

This study was conducted to investigate preference for convenience food and dietary attitude in college students in Seoul and Kyunggi-do area. This study used a questionnaires as instrument tool. The questionnaire consisted of socio-demographic characteristics of the subjects, the valuation of preference for convenience, the concern of nutrition, and the dietary attitude. The subject were 199 males and 137 females. The mean age of subjects was 22.4 ± 2.3 year.

The results have been summarized as follows. Male students preferred more convenience food than females. Male students liked chicken, ice cream, ramyeon, pizza · hamburger and female students liked chicken, pizza, ice cream, ramyeon · hamburger. The kinds of convenience foods for a substitute meal were ramyeon, hamburger, bread, potato in male group and female group had frequently ramyeon, hamburger, bread, rice cake for a substitute meal. Male students were more likely to eat ramyeon ($p < 0.01$) and purchased sabalmyeon. The subjects used to purchase sabalmyeon as main convenience food at convenient store. The score of preference for convenience food in male group was higher than female group. The score of attitude toward balanced diet in female group was higher than male group ($p < 0.01$). In scores of concern for nutrition information, balanced diet, and nutrition knowledge, female group had higher scores of concern for nutrition information, balanced diet, and nutrition knowledge than that of male group ($p < 0.01$). There was no significant difference in the degree of preference for packing types, however, male group tended to prefer more micro wave type than female group. The persons to affect the consumption of convenience food were friends. There was no significant difference in the time of purchase convenience food, however, male tended to purchase convenience food at the time of snack than female group. As a results, proper nutritional education and qualitative development of convenience food are required in order to improve the consuming attitude of consumers and their preference for convenience food.

Key Words : convenience foods, college students, dietary attitude, food preference

서론

인간의 기본적인 생활양식인 의식주 중에서 식생활

행동은 가장 큰 비중을 차지한다. 식생활은 인간의 기본적인 생리욕구를 충족시키는 것 뿐 아니라 자아실현의 욕구 및 사회 문화적 욕구를 충족시켜 주는데 이르기까지 모두 관련된 인간의 가장 중요한 생활이다(1). 한 개인의 식생활 형태는 개인의 기호, 환경, 심리상태 그리고 사회 문화적 영향을 받아 형성되며 이는 영양상태, 건강상태 그리고 체위 등에 중요한 영향을 미

접수일 : 2004년 9월 6일, 채택일 : 2005년 1월 14일
†Corresponding author : Young Suk Lim, Rural Resources Development Institute NIAST, RDA, 88-2, Seo dun-dong, kwon seon-gu, Suwon 441-853, Korea
Tel : 016-377-3224, E-mail : kisslim@yahoo.co.kr

친다. 따라서 건강한 생활을 유지하고 능률적인 생활을 영위하기 위해서는 균형된 영양섭취가 무엇보다 중요하며 이러한 균형된 영양섭취를 위한 합리적인 식생활은 일상의 매식사로부터 이루어진다(1-3).

경제성장은 우리의 사회환경과 생활양식 특히 식생활 양식을 크게 변모시키고 있고(1) 사람들은 복잡한 생활속에서 보다 간편함을 추구하게 되었고, 외식의 생활화를 가져오게 하였다(2). 소비패턴의 다양화, 편리성 추구경향 그리고 여성의 사회진출 증가 등의 요인들은 생활구조의 변화를 초래하였고 식품 소비구조에도 영향을 미쳐 편의식이 등장하게 되었다(3). 식사구성에 대한 의식변화와 간편식에 대한 소비자의 요구증가는 전통적인 식단구성에서까지 편의성을 추구하는 경향으로 나타나기 시작하여 식당의 체인화에 따른 음식의 생산, 유통, 판매의 대형화와 함께 다양한 제품의 개발을 가능케 하였다(4). 또한 식생활의 서구화에(3) 따라 식사를 밥이 아닌 밀가루 음식으로 대체하는 경향이 증가하고 생활권의 확대에 따라 가정 이외의 장소에서 식사를 하거나 가정에서 식사를 하더라도 편리성을 추구하는 경향의 증가로 인한 편의식의 이용이 점차 보편화되고 있다(5).

편의식이란 미리 어느 정도의 처리가공을 거침으로써 간단한 조리절차에 의하여 먹을 수 있도록 가공된 식품으로서(6-7) 가열하거나 또는 가열하지 않고 즉석에서 먹을 수 있는 상태로 만들어진 식품을 칭한다(8). 또 인스턴트 식품, quick serve meal, 조리 냉동음식 및 ready-to-eat food 등으로 정의되기도 한다. 우리나라의 편의식 개발은 1980년대 초 서양음식과 중국음식의 인스턴트화에서 시작되었다. 최근 들어서는 한국음식을 인스턴트화 하기 위한 노력이 증가하여 전통적인 부식인 국과 찌개류도 동결건조방식으로 쉽게 복원이 가능하도록 개발되었고, 용도도 단순히 간식용에서 벗어나 레저용, 부식용, 주식용, 손님접대용 음식에 이르기까지 확대되고 있다(4,9-10).

최근에는 급증하는 여성의 참여와 급속한 사회발전으로 인해 시간에 쫓기는 현대인의 요구에 맞추어 식생활의 다양화와 간편화가 이루어지고 있으며, 편의식 요구 및 수요는 현재 급진적으로 증가하고 있다(10-11). 바쁜 사회를 살아가는 현대인 중에서, 특히 대학생은 고등학교 시절과는 달리 갑자기 자유로워진 생활형태 때문에 식생활이 불규칙하게 되어 영양섭취면에서도 바람직하지 못한 변화가 올 수 있다(12).

대학생은 인생주기에서 성인기로 전환하는 과도기로 사회 환경변화에 매우 민감하면서 그들 나름대로의 확고한 가치관이 형성되어 가는 시기로 과거세대의 식생활을 반영할 뿐 아니라 습관화된 성인기의 식생활 태도를 나타내는 시기라 할 수 있다(11-13).

대학생의 식습관은 과거의 식습관을 반영할 뿐만 아니라 그 다음 단계인 성인기의 식습관으로 이어지게 되므로 건강을 유지하고 의욕적인 생활을 위해서는 대학생들이 균형된 영양섭취를 하는 것을 필수 불가결한 것이며, 일상의 매끼 식사로부터 이루어져야 한다(12).

식품에 대한 기호는 식품의 섭취, 즉 영양섭취와 직결된 것으로 영양문제에 중요한 영향을 미치므로 건강한 영양상태를 유지하기 위해 바람직한 식품의 기호 내에서 식습관을 형성하는 것이 필요하다(2-3,10).

영양섭취는 식생활, 기호도, 체위, 건강상태 등의 여러 조사를 통해 상호관계를 파악, 분석, 규명하는 과정을 통해 국민영양의 중요한 자료로 활용되고 있다.

이처럼 영양섭취실태, 식품의 기호, 식습관은 상호 밀접한 관계를 맺고 있어서 지금까지 연령별 지역별로 주부들을 대상으로 편의식의 개발을 위한 인식조사(11,13), 조리 냉동 및 냉장 식품에 대한 도시주부의 이용실태에 관한 연구, 인스턴트 식품에 대한 연구(14-15) 등에 대한 연구가 보고되어 왔다. 또한 식생활의 급격한 변화속에서 성장해 온 대학생들에 대한 건강의 중요성이 충분히 인식됨에 따라 지역별로 영양섭취 실태나(27-28) 식습관 및 기호도에 대한 연구가 보고되어 왔다(30-32).

본 연구에서는 서울·경기지역의 남·녀 대학생들을 대상으로 편의식에 대한 기호, 편의식품별 기호도, 이용도 등과 건강에 관한 관심, 영양에 관한 지식, 식태도 등을 조사하여 남·녀 대학생들 뿐만 아니라 편의식을 자주 이용하는 주 소비층에게 편의식의 섭취가 일상의 영양소 섭취의 한 일부분으로서 인식되어 균형적이고 바람직하게 섭취할 수 있도록 도움을 주는 영양교육자료의 기초자료로 제공되고 편의식 제조업체에게는 남·녀 대학생들의 편의식 기호와 선호하는 제품에 대한 정보를 제공함으로써 소비자가 바라는 다양한 신제품을 개발하는데 기초자료로 활용되고자 먼저 편의식의 주 소비층이라 할 수 있는 남·녀 대학생들의 편의식에 대한 기호도를 포함한 실태를 조사하였다.

연구대상 및 방법

1. 조사대상자 및 조사기간

본 연구는 2003년 6월 13일부터 ~ 6월 27일까지 서울, 경기 소재한 4개 대학에 재학중인 학생들을 대상으로 자기기입식으로 응답하도록 하였고, 회수된 350부 중에서 336부를 최종분석에 사용하였다.

2. 조사내용 및 방법

본 조사를 위한 설문지는 기존 연구(25-26)를 참고로 하여 본 연구의 목적에 적합하게 재구성하였다. 대학생들이 자주 먹는 편의식의 종류는 개방형 설문지(open questionnaires)로 예비조사를 하여 조사된 것을 정리하여 자주 먹는 편의식의 종류 6가지 종류를 선정하였다. 본 조사에서는 6가지 자주 먹는 편의식의 종류(햄버거, 피자, 치킨, 라면, 만두, 아이스크림)에 대해 폐쇄형 설문지(closed questionnaires)와 개방형 설문지를 이용하여 편의식에 대한 기호도를 Likert scale을 이용하여 '매우 좋아한다'를 5점, '매우 싫어한다'를 1점으로 조사하였다.

① 일반사항 조사 : 조사대상자의 성별, 나이를 조사하였다.

② 편의식의 기호도 조사 : 일반적인 편의식의 기호도 정도, 햄버거, 피자, 치킨, 면, 아이스크림의 기호도 정도, 자주 먹는 편의식 종류, 식사 대용식으로 자주 먹는 편의식의 종류, 편의점에서 자주 구입하는 편의식의 종류, 개발되기를 바라는 편의식 포장형태, 하루 중 편의식을 자주 이용하는 시간대, 편의식을 구입하는데 영향을 주는 사람 등을 조사하였다.

③ 식태도 및 건강관심도 조사 : 균형잡힌 식사를 하려는 태도(2문항), 편식을 하지 않으려는 태도(2문항), 영양지식관련 문제(영양소, 식품군, 위생, 식재료구입 ; 5문항), 건강관심도 정도(3문항), 영양정보에 관한 수용도(4문항) 등이 포함된 문항을 Likert scale을 이용하여 식태도 문항은 '많이 노력한다'를 5점, '전혀 노력하지 않는다'를 1점으로, 건강관심도 및 영양지식은 '매우 관심있다 및 잘 알고 있다'를 5점, '전혀 관심 없다 및 전혀 모르겠다'를 1점으로 하여 평가하였다.

3. 자료 분석

자료는 SPSS 10.0 통계 프로그램을 이용하여 분석하였다. 각 항목의 빈도 백분율을 구하였고 편의식 기호도, 건강 관심도, 영양지식도, 식태도 등의 변수는 남녀 간의 차이를 t-test로 검증하였다. 자주 먹는 편의식 종류와 한끼 대용식 종류에 대한 남녀간 차이는 χ^2 -test로 유의성을 검증하였다. 또 식태도 및 건강관심도, 영양지식 점수와 편의식 기호도와와의 상관관계는 Pearson correlation coefficient값으로 알아보았다.

연구결과 및 고찰

1. 조사대상자의 성 및 연령분포

조사대상자는 남학생 59.2%(199명), 여학생 40.8%(137명)이었다(Table 1). 연령분포는 20세 미만이 23.5%(79명), 21~25세 70.8%(238명), 26세 이상 해당대상자는 5.7%(19명)였으며 본 연구조사대상자의 평균 연령은 22.4 ± 2.3 세(만18~29세)였다.

2. 성별에 따른 편의식품별 기호도 차이

성별에 따른 편의식품별 기호도를 '매우 좋아한다'를 5점, '좋아한다'를 4점, '보통이다'를 3점, '싫어한다'를 2점, '매우 싫어한다'를 1점으로 하여 평균치를 알아보았다(Table 2).

본 연구에서 남학생은 치킨, 아이스크림, 라면, 피자·햄버거 순으로 좋아하였고, 여학생은 치킨, 피자, 아이스크림, 라면·햄버거 순으로 좋아한다고 하였다.

다른 연구자(16)의 연구에서도 남학생의 패스트푸드의 선호정도가 여학생보다 더 높았다는 결과와 같은

Table 1. General characteristics of the subjects

Variables		N	%
Gender	Male	199	59.2
	Female	137	40.8
	Total	336	100
Age (year)	Under 20	79	23.5
	21-25	238	70.8
	Over 26	19	5.7
	Total	336	100

Table 2. The degree of the preference for convenience food

Dishes	Sex	N	Mean±S.D.	P-value
Convenience foods	Male	197	2.54±0.92	ns
	Female	135	2.45±0.96	
Hamburger	Male	199	2.32±0.68	ns
	Female	136	2.25±0.62	
Pizza	Male	199	2.33±0.71	ns
	Female	137	2.37±0.72	
Chicken	Male	198	2.49±0.72	ns
	Female	137	2.49±0.69	
Noodles	Male	199	2.39±0.74	0.06
	Female	137	2.25±0.72	
Ice cream	Male	199	2.42±0.69	ns
	Female	137	2.39±0.68	

*ns : no significance
 <--most dislike--so so-----most like-->
 <--1 score-----3-----5----->

경향을 나타냈다. 본 연구에서 제시하지는 않았지만 예 비조사에서 조사된 바 조사대상자가 선호한 편의식으로는 치킨, 아이스크림, 라면· 피자 등이었으며 이는 김 (17)의 대학생들을 대상으로 조사한 편의식 이용실태에서 기호성이 높은 음식으로 치킨, 샐러드, 피자, 김밥, 햄버거, 아이스크림 순 이라고 한 것과 비슷하게 나타났다. 이로서 대학생들이 주로 선호하고 이용하는 편의식으로는 햄버거, 피자, 치킨, 라면, 아이스크림 등 인 것으로 조사되었으며 전반적으로 남학생이 편의식에 대한 기호도가 여학생보다 더 높은 경향을 보였다.

3. 성별에 따른 자주 먹는 편의식 종류의 차이

한끼 식사로 주로 이용하는 편의식의 품목을 1순위에서 12순위까지를 Table 3에 나타냈다.

조사대상자들이 가장 자주 먹는 편의식은 김밥, 라면, 치킨, 떡볶이, 피자 순이었다. 남학생은 김밥, 라면, 치킨, 떡볶이, 피자, 탕수육, 햄버거, 만두, 자장면, 잡채, 도넛, 떡 순으로 자주 이용하였고 여학생은 김밥, 떡볶이, 치킨, 피자, 라면, 햄버거, 잡채, 떡, 도넛, 만두, 탕수육, 자장면 순으로 자주 먹는다고 응답하여 통계적으로 유의하게 여학생이 떡류에 대한 높은 기호를 나타냈다(p<0.05). 편의식의 이용조사 김 (18)의 연구에서도 주로 이용하는 편의식 품목이 ‘라면’으로 본 연구결과와 같았다. 식생활문화가 한 나라 또는 나라의 구성원들에 의하여 습득, 공유 전달되어온 식생활 패턴 또는 양식이라고 할 수 있는데 이는 자연조건,

Table 3. The kind of convenience food consumed frequently

Rank	Dishes	Male	Rank	Dish	Female	x²
1	Kimhap	46(56.8)	1	Kimhap	35(43.2)	
2	Ramyeon	44(81.5)	2	Dukbokgi	24(58.5)	
3	Chicken	25(56.8)	3	Chicken	19(43.2)	
4	Dukbokgi	17(41.5)	4	Pizza	14(46.7)	32.85**
5	Pizza	16(53.3)	5	Ramyeon	10(18.5)	
6	Tangsuyuk	14(87.5)	5	Hamburger	10(47.6)	
7	Hamburger	11(52.4)	7	Jabchae	5(41.7)	
8	Mandu	44(81.5)	8	Rice cake	4(80.0)	
9	Jajangmen	7(87.5)	8	Doughnut	4(80.0)	
9	Jabchae	7(58.3)	10	Mandu	3(27.3)	
11	Doughnut	1(20.0)	11	Tangsuyuk	2(12.5)	
11	Rice cake	1(20.0)	12	Jajangmen	1(12.5)	

**p<0.01

인간의 기술, 사회의 규범의 영향을 받는다 (19)는 의미에서 볼 때 대부분 대학생들이 공유하는 문화의 성격이 유사하므로 식품에 대한 기호가 같게 나온 것이라고 사료된다.

4. 남·녀 대학생들이 대용식으로 이용하는 편의식의 종류

남·녀 대학생들이 대용식사로 이용하는 편의식의 종류를 조사한 결과 남학생은 라면, 햄버거, 빵, 감자, 고구마인 것으로 나타났고, 여학생은 라면, 햄버거, 빵, 떡을 자주 대용식사로 먹었던 것으로 응답하였다(Table 4). 본 조사에서 남·녀 대학생들이 자주 먹는 편의식과 대용식이 모두 라면인 것으로 나타나 면에 대한 대학생들의 높은 기호가 실질적으로 먹는 식습관에도 반영하여 라면을 자주 먹고 이용됨을 보였다. 또 여학생이 떡류에 대한 높은 기호가 먹는 식습관에서도 보여 한 끼 식사 대용식으로 떡을 남학생보다 자주 이용하는 것으로 나타났다(p<0.05). 이로서 한 끼 식사대용으로 남·녀 대학생 모두 ‘라면’을 가장 많이 이용하는 것으로 드러나 대학생들이나 편의식을 자주 이용하는 소비자 및 성인들을 대상으로 하는 영양교육 내용에 있어서 특히 라면의 섭취에서 부족하거나 과할 수 있는 영양소의 종류 및 영양상태 내용을 포함하거나 라면과 함께 균형적이게 영양소를 섭취할 수 있는 차원의 영양교육내용을 포함하면 소비자들이 식행동 교정을 하는데 도움이 될 것으로 사료된다. 또 편의식 제조업체에게는 소비자 선호와 취향을 고려한 적합 제품 개발면에서 볼 때 체중조절에 관심이 많은 여대생 및 성인을 주 소비층으로 겨냥한 제품개발을 한다면 이를

Table 4. The kind of convenience food for a substitute meal

Dishes	Male	Female	χ^2
Ramyeon & Noodles	121(65.4)	64(34.6)	13.25*
Bread & Mandu	30(60.0)	20(40.0)	
Hamburger	34(49.3)	35(50.7)	
Rice cake	0(0.0)	5(100.0)	
Potato & Sweet potato	5(55.6)	4(44.4)	
Others	7(53.8)	6(46.2)	

*p<0.05

테면 영양소가 강화된 라면이나 지방을 대폭 줄여 칼로리가 적고 섬유소가 첨가된 제품을 개발한다면 마케팅 면에서 좀 더 효과적인 것으로 사료된다.

5. 편의점에서 주로 구입하는 편의식의 종류

남·녀 대학생들이 주로 편의점에서 구입하는 편의식으로는 '사발면'인 것으로 나타났다(Table 5). 남학생은 사발면, 김밥, 샌드위치·햄버거, 삶은 계란, 햄·소시지, 냉동밥, 죽 순으로 주로 구입을 한다고 하였다. 여학생은 사발면, 김밥, 샌드위치·햄버거, 냉동밥, 죽, 햄·소시지, 삶은 계란 순으로 구입하였다. 남학생이 편의점에서 '라면', 김밥 품목을, 여학생은 '샌드위치·햄버거', '냉동밥', '죽'의 품목을 구입하는 경향이 있어 성별에 따라 구입하는 편의식의 품목이 다를 것을 나타냈다(p<0.01). 이(16), 김(18), 김(22) 문(23)의 연구에서도 대학생들은 사발면, 라면 품목을 자주 이용하는 것으로 나타났으며, 남학생이 라면의 선호도가 여학생보다 유의하게 더 좋았던 것도 본 연구결과와 유사하였다.

Table 5. The main convenience food to be purchased at the convenient store

Dishes	Male	Female	χ^2
Sabalmyeon	107(67.3)	52(32.7)	15.93**
Kimbap	55(55.6)	44(44.4)	
Sandwich & Hamburger	15(38.5)	24(61.5)	
Frozen fried rice	4(44.4)	5(55.6)	
Jook	1(20.0)	4(80.0)	
Boiled egg	6(66.7)	3(33.3)	
Ham & Sausage	6(60.0)	4(40.0)	

**p<0.01

6. 성별에 따른 건강관심, 영양지식, 식태도의 차이

본 조사에서 여학생은 영양정보에 관한 관심도(2.95 ± 0.95)와 균형잡힌 식사를 하려는 태도 점수(2.44 ± 0.98)가 남학생의 영양정보에 관한 관심도(2.73 ± 1.02), 균형잡힌 식사를 하려는 태도(2.18 ± 0.98)보다 높은 것으로 나타났으며(p<0.05) 영양지식 점수도 남학생보다 높은 경향을 보였다(Table 6). 이는 김(22)의 연구에서도 같은 경향을 보였는데 영양지식 수준이 높은 '상'군은 여학생이 85%, 남학생이 72%로, 여학생이 남학생보다 영양지식이 높았다고 하였다. 반면 문(23)은 식행동을 식사태도, 반찬의 조화, 생활과의 조화 측면에서 통합한 식태도로 조사한 바 지역별로 남녀의 식태도 점수가 차이를 보이지 않는 곳도 있으나 전반적으로 남학생의 식태도 점수가 여학생에 비해 유의적으로 높았다고 하여 다른 결과를 보였다. 또 다른 조사보고에 따르면(24) 여학생들은 식사횟수나 식사량의 일관성, 폭식, 간식과 편의식의 섭취면에서 볼 때 남학생에 비해 식습관에 문제가 더 많아 바람직하지 못한 식행동을 보였으나 건강저해요인이 되는 음식에 대한 절제 정도는 남학생에 비해 다소 높아 식습관의 수정 가능성이 높았다고 하였다. 본 연구에서도 여학생이 남학생보다 균형식을 하려는 태도, 건강에 관한 관심이 남학생보다 높아 식습관을 주도적으로 바꾸려는 노력이 높음을 보였다. 또 여학생이 외모에 대한 관심이 남학생보다 훨씬 높고 중·고등학교 교육과정에서 가정수업을 받은 여학생들이 학습효과에 의해 남학생에 비해 영양지식, 영양정보면에서도 높았던 것으로 사료된다. 한 개인의 신체성장 발달과 건강에 직접적인 영향을 미치는 영양섭취는 바람직한 식습관을 통해 이루어진다. 이러한 개인의 식습관은 지역적·사회적·생리적인 요인에 의해 형성된다(20). 또 시대와 지식 교육정도에 따라 변화될 수 있는 가변적인 것으로 장기간에 걸쳐 여러 조건에 의하여 형성되어 왔기 때문에 단시간에 변화시킨다는 것은 어려운 일일 것이다. 대학생들은 젊고 건강하다는 생각으로 건강에 대한 관심도가 낮고, 식생활 습관도 우려할 만하다. 패스트푸드 이용군별로 영양지식을 알아본 연구(21)에 의하면 패스트푸드 자주 이용군의 영양지식점수가 비이용군보다 낮아 유의한 차이를 보였다고 한다. 본 조사결과 전반적으로 남학생이 편의식에 대한 기호가 여학생보다 더 높았고 반면 불균형적인 식사를 고치려는 태도 점수는 낮았다

Table 6. Attitude for Food, the interest of health, nutrition knowledge

Variable	Male(198)	Female(137)	p-value
Do try to correct unbalanced diet	3.14±1.13	3.53±1.21	0.01
Interesting of nutrition information	2.73±1.02	2.95±0.95	0.05
Attitude for balanced diet	2.18±0.98	2.44±0.98	0.05
Nutrition knowledge	8.54±2.24	8.94±2.30	ns

($p < 0.01$). 이로써 편의식의 기호도가 남·녀 대학생들 모두 높으므로 영양교육에 있어서 기호가 높은 편의식에 대해 이들 품목의 영양소 함량과 영양밀도 내용과 함께 일일 권장영양소섭취를 일정부분 편의식 섭취에서 할 경우 편의식 섭취를 고려한 균형적인 식사내용을 강조한 영양교육을 하는 것이 바람직할 것으로 사료된다.

7. 선호하는 편의식의 포장상태

남·녀 대학생별로 선호하는 편의식의 포장상태를 알아보았다(Table 7). 남학생은 편의식의 포장상태 중 전자레인지에 데워 먹을 수 있는 형태를 가장 선호하는 것으로 나타났고, 여학생은 통조림용 형태를 가장 선호하는 경향을 나타냈으나 성별에 따른 선호하는 편의식 포장형태가 통계적으로 유의하게 다르지는 않았다. 다만 남학생은 전자레인지용, 레토르트식품, 냉동식품을, 여학생은 통조림용, 전자레인지용, 냉동식품, 오븐용 등의 형태를 선호하는 경향을 보였다.

8. 편의식을 구입하는데 영향을 주는 사람

본 연구에서는 편의식을 구입하는데 영향을 가장 많이 준 사람이 친구인 것으로 나타났으며 혼자(영향을 받지 않음), 가족, 기타관계의 사람 순으로 영향을 준

Table 7. The packing type of convenience food needs developing by customers' desire

Type	Male	Female	χ^2
Micro wave	65(60.7)	42(39.3)	8.89
Oven	14(53.8)	12(46.2)	
Canned	55(50.9)	53(49.1)	
Retort	31(75.6)	10(24.4)	
Frozen	31(62.0)	19(38.0)	
Others	1(100.0)	0(0.0)	

Table 8. The persons to affect the consumption of convenience food

Persons	Male	Female	χ^2
Friends	159(58.0)	115(42.0)	1.42
Families	3(75.0)	1(25.0)	
Self	27(61.4)	17(12.4)	
Others	7(63.6)	4(36.4)	

것으로 나타났다(Table 8). 이 (16)의 조사에서도 패스트푸드 선택을 하는데 여학생은 남학생보다 친구의 영향을 더 받는다고 하였으며 전반적으로 패스트푸드 선택 시 영향을 주는 요인으로 친구의 영향이 가장 컸다고 하였다. 편의식에 대한 인지도는 경험에 영향을 준다고 한다 (23). 즉 편의식에 대해서 들어본 적이 있고, 편의식을 접한 경우 편의식 이용이 그렇지 않은 사람에 비해 이용이 높다고 할 수 있는 것이다. 영양교육 면에서 볼 때 주부는 가정의 구성원인 가족들의 건강을 지키고 책임지는 역할자로서 1차적 피교육자임과 동시에 교육자로서 매우 중요하다 할 수 있다. 주부를 대상으로 한 편의식 영양교육은 물론이거니와 편의식 이용자처럼 또래 집단의 구성원들간 상호교류가 편의식 이용에 영향을 준다는 여러 조사면에서 (8-9,11-12, 16-18,21-30) 볼 때 학교 중심의 영양교육이 교육대상자들에게 좀 더 구체적으로 영향을 줄 수 있어 영양교육의 성과가 좀 더 효과적일 것으로 기대된다.

9. 남·녀 대학생들이 주로 구입하는 편의식 이용 시간대

편의식을 자주 이용하는 시간대를 살펴본 바 남학생은 간식시간대에 편의식을 가장 많이 이용하였고, 여학생은 점심시간 때에 가장 많이 이용하는 경향을 보였으나 통계적으로 유의하지는 않았다(Table 9). 신 (25)은 부산지역 대학생들의 패스트푸드점 이용 시간대를 조사한 바 아무 때나 이용이 44.7%, 저녁시간 이용이 25.4%, 점심시간 이용이 16.3%로 나타났다고 하였다. 김 (26)의 조사에서도 울산지역 대학생들의 54.5%가 '아무 때나' 이용한다고 하였으며 38.2%가 간식시간때 이용한다고 하였다. 또 성별에 따라서는 남학생은 아무 때나 편의점을 이용하는 것으로 여학생은 오후간식시간을 주로 이용한 것으로 보고하였다($p < 0.001$). 본 조사에서는 남학생은 편의식을 간식으로 여학생은 한끼의 식사로 편의식을 생각하여 이용 시간대가 다른 경향을 보인 것으로 사료된다.

Table 9. The time of purchase convenience food

Time	Male	Female	χ^2
Breakfast	14(40.0)	21(60.0)	10.31
Lunch	44(52.4)	40(47.6)	
Dinner	24(66.7)	12(33.3)	
Three meals	12(60.0)	8(40.0)	
Snack	66(66.7)	33(33.3)	
Others	38(62.3)	23(37.7)	

10. 편의식의 기호, 식태도, 건강관심, 영양지식과의 상관성

본 연구의 대학생들은 전반적인 편의식에 대해 기호가 높을수록 피자, 햄버거, 치킨, 아이스크림 품목에 대한 기호도가 높았다($p<0.01$)(Table 10). 이것은 시중에 판매되고 있는 편의식 품목에 이들 식품이 속하고 대학생들이 자주 이용하기에 기호도가 높게 나타난 것으로 사료된다.

문(23)은 식행동 점수가 낮을수록 편의식을 자주 이용하는 비율이 유의적으로 높았으며 식행동 점수와 각 편의식의 이용정도와와의 상관성을 분석한 결과, 냉동식품, 즉석식품, 편의점용 편의식의 경우에 식태도 점수와 음의 상관성을 보여 식행동이 나쁠수록 이들 식품을 많이 이용하는 경향을 보였으나 통계적으로 유의하지는 않았고 즉석식품 이용정도만이 국한적으로 유의한 결과를 보였다(23). 본 조사에서도 식태도 점수와 편의식 일부인 햄버거, 피자, 치킨에 대해 음의 상관을 보여 식태도 점수가 낮을수록 이들 식품에 대한 기호도가 낮은 경향을 나타냈다. 그러나 통계적으로 유의하지는 않았다.

건강관심도 점수와 햄버거, 피자, 치킨, 면, 아이스크림 등의 편의식에 대한 기호도 점수가 음의 상관성을

보여 이들 식품에 대해 역시 낮은 기호도 경향을 나타냈으나 통계적으로 유의하지는 않았다. 또 영양지식 점수와 면, 아이스크림의 기호도 점수가 음의 상관성을 보여 이들 식품에 대해 낮은 기호도 경향을 나타냈으나 통계적으로 유의하지는 않았다. 건강관심도 점수와 식태도 점수는 양의 상관성을 보여($p<0.01$) 건강관심이 높은 사람일수록 식태도 점수도 높은 것으로 나타났다. 또 영양지식 점수와 식태도 및 건강관심도 점수와의 양의 상관성($p<0.01$)을 보여 식태도 점수가 높은 사람은 건강관심도 점수뿐만 아니라 영양지식 점수도 높은 것으로 드러났다.

결론 및 제언

본 연구는 서울·경기지역의 남·녀 대학생들을 대상으로 편의식에 대한 기호, 관심, 이용도 등과 건강에 관한 관심, 영양에 관한 지식, 식태도 등을 파악하고 그 관련성을 알아보기 편의식의 섭취가 일상의 영양소 섭취의 균형적인 부분면에서 바람직한 식행동으로 나타날 수 있도록 하고자 편의식의 주 소비층이라 할 수 있는 남·녀 대학생들의 편의식에 대한 기호도를 포함한 실태를 조사하였다. 본 연구결과를 요약해 보면 다음과 같다.

1. 조사대상자는 남학생 59.2%(199명), 여학생 40.8%(137명)으로 연령분포는 20세 미만이 23.5%(79명), 21~25세 70.8%(238명), 26세 이상 해당대상자는 5.7%(19명)였으며, 본 조사대상자의 평균 연령은 22.4 ± 2.3 세(만18~29세)였다.

Table 10. Correlation of convenience foods preference, food attitude, health concern and nutrition knowledge

Variables	v1	vx1	vx2	vx3	vx4	vx5	Attitude	Concern	Knowledge
V1	1	0.247**	0.265**	0.151**	0.133**	0.155**	0.051	0.007	0.031
Vx1		1	0.64**	0.423**	0.371**	0.401	-0.018	-0.038	0.023
Vx2			1	0.512**	0.344**	0.389**	-0.055	-0.04	0.018
Vx3				1	0.32**	0.347**	0.056	-0.097	0.018
Vx4					1	0.405**	-0.031	-0.072	-0.002
Vx5						1	0.005	-0.067	-0.012
Attitude							1	0.331**	0.408**
Concern								1	0.338**
Knowledge									1

** $p<0.01$, V1, Vx1-vx5 : preference, V1 : convenience foods, Vx1 : hamburger, Vx2 : pizza, Vx3 : chicken, Vx4 : noodles, Vx5 : ice cream, concern : health & nutrition

2. 성별에 다른 편의식품별 기호도를 살펴보면 남학생은 치킨, 아이스크림, 라면, 피자·햄버거 순으로 좋아하였고, 여학생은 치킨, 피자, 아이스크림, 라면·햄버거 순으로 편의식을 좋아했고, 전반적으로 남학생이 편의식에 대한 기호도가 여학생보다 더 좋은 경향을 보였다.
3. 성별에 따른 자주 먹는 편의식 종류 조사결과, 남학생은 김밥, 라면, 치킨, 떡볶이, 피자, 탕수육, 햄버거, 만두, 자장면, 잡채, 도넛, 떡 순으로 자주 이용하였고, 여학생은 김밥, 떡볶이, 치킨, 피자, 라면, 햄버거, 잡채, 떡, 도넛, 만두, 탕수육, 자장면 순으로 자주 먹는다고 응답하여 여학생이 특히 떡류에 대한 높은 기호를 나타냈다($p<0.05$).
4. 남·녀 대학생들이 한 끼 식사대용으로 남·녀 대학생 모두 '라면'을 가장 많이 이용하는 것으로 나타났다. 남학생은 라면, 햄버거, 빵, 감자, 고구마인 것으로 나타났고, 여학생은 라면, 햄버거, 빵, 떡을 자주 먹었던 것으로 응답하였다. 남·녀 대학생들이 자주 먹는 편의식과 대응식은 모두 라면인 것으로 나타나 면에 대한 대학생들의 높은 기호가 실질적으로 먹는 식습관에도 반영했다. 또 여학생은 떡류에 대한 높은 기호가 한 끼 식사 대응식에서도 나타나 떡을 대응식으로 먹는 경우가 남학생보다 높은 것으로 나타났다($p<0.05$).
5. 남·녀 대학생들이 주로 편의점에서 구입하는 편의식으로는 '사발면'이었고, 남학생은 사발면, 김밥, 샌드위치·햄버거, 삶은 계란, 햄·소시지, 냉동밥, 죽 순으로 주로 구입을 하였고, 여학생은 사발면, 김밥, 샌드위치·햄버거, 냉동밥, 죽, 햄·소시지, 삶은 계란 순으로 구입하였다. 남학생이 편의점에서 '라면', '김밥' 품목을, 여학생은 '샌드위치·햄버거', '냉동밥', '죽'의 품목을 구입하는 경향이 있어 성별에 따라 구입하는 편의식의 품목이 다름을 나타냈다($p<0.01$).
6. 성별에 따른 건강관심, 영양지식, 식태도의 차이를 살펴보면 남학생의 편의식에 대한 기호점수가 여학생 기호점수보다 더 높았고 반면 불균형적인 식사를 고치려는 태도 점수는 낮았다($p<0.01$). 여학생은 영양정보에 관한 관심도 점수(2.95 ± 0.95)와 균형잡힌 식사를 하려는 태도 점수(2.44 ± 0.98)가 남학생의 영양정보에 관한 관심도 점수(2.73 ± 1.02), 균형잡힌 식사를 하려는 태도 점수(2.18 ± 0.98)보

다 높은 것으로 나타났으며($p<0.05$) 영양지식 점수도 남학생보다 높은 경향을 나타냈다.

7. 남·녀 대학생별로 선호하는 편의식의 포장상태를 알아본 결과 남학생은 편의식의 포장상태 중 전자레인지에 데워 먹을 수 있는 형태를 가장 선호하였고, 여학생은 통조림용 형태를 가장 선호하는 경향을 나타냈으나 성별에 따른 선호하는 편의식 포장형태가 통계적으로 유의하게 다르지는 않았다. 다만 남학생은 전자레인지용, 레토르트식품, 냉동식품을 여학생은 통조림용, 전자레인지용, 냉동식품, 오븐용 등의 형태를 선호하는 경향을 보였다.
8. 편의식을 구입하는데 영향을 가장 많이 준 사람이 친구인 것으로 나타났으며 혼자(영향을 받지 않음), 가족, 기타관계의 사람 순으로 영향을 준 것으로 나타났다.
9. 남·녀 대학생들이 주로 구입하는 편의식 이용 시간대를 살펴본 바 남학생은 간식시간대에 편의식을 가장 많이 이용하였고, 여학생은 점심시간대에 가장 많이 이용하는 경향을 보였으나 통계적으로 유의하지는 않았다. 이것은 남학생은 편의식을 간식으로 여학생은 한 끼의 식사로 편의식을 생각하여 이용하는 것으로 이용 시간대가 다른 것으로 사료된다.
10. 본 연구의 대학생들은 전반적인 편의식에 대해 기호가 좋을수록 피자, 햄버거, 치킨, 아이스크림 품목에 대한 기호도가 좋았다($p<0.01$). 이것은 시중에 판매되고 있는 편의식 품목에 이들 식품이 속하고 대학생들이 자주 이용하기에 기호도가 높게 나타난 것으로 사료된다. 식태도와 건강 관심도 및 영양지식 점수가 높을수록 편의식에 대한 기호도는 높지 않은 경향을 보였다. 그러나 통계적 유의하지는 않았다.

본 연구결과를 볼 때 남·녀 대학생들의 편의식에 대한 높은 기호는 점차 식습관을 반영하고 추후 영양 섭취상태에 영향을 미칠 것으로 생각된다. 따라서 편의식 섭취와 기호에 관한 것을 더 이상 간편성과 경제성만으로 제공되는 식품으로 간과해서는 안 될 일이라 사료된다.

본 조사 자료는 편의식 제조업체에 소비자의 기호와 선호하는 제품의 유형에 맞는 다양한 신제품을 개발하여 바쁜 현대생활에서 균형된 식생활을 하는데 도움이 될 수 있는 한 식사패턴으로 편의식을 생각하고 소비

자가 편의식을 보다 편리하게 사용할 뿐만 아니라 영양가를 높여 제품의 품질을 고급화하여 소비자가 안심하고 구매할 수 있도록 제품을 생산하는데 기초자료로 활용되고자 하였다. 특히 성별에 따라 다른 편의식품별 기호성향을 고려하여 남학생 및 남성 소비층에게는 면류 제품의 편의식 품목을 포장형태는 전자레인지용으로 하여 다양하게 개발하고, 여학생 및 여성 소비층에게는 떡류 제품과 통조림용의 포장형태를 개발한다면 마케팅 측면에서 효과적일 것으로 사료된다. 한편 편의식의 주 소비층인 대학생들을 포함한 소비자에게는 편의식에 대한 다양하고 적절한 영양정보와 영양교육 등을 통해 올바른 식품에 대한 기호와 바람직한 식습관으로 균형있는 영양섭취를 할 수 있도록 하는 기초자료의 자료로 제공되고자 하였다. 그러나 본 연구가 구체적으로 편의식을 자주 이용하는 이용자들의 영양섭취조사와 생화학적인 조사가 포함된 구체적 연구가 이루어지 않아 추후 편의식의 기호와 편의식품별 섭취가 영양상태 및 건강에 미치는 영향에 대한 연구가 필요하다고 사료된다.

참고문헌

1. Rhee KC, Rhee EY, Lee KY. A study on the Consumer Behavior in the Industrial Society. *J Korean Home Economics Association* 27(2):115-132, 1989
2. 모수미. 外食産業의 發達이 國民營養 및 食生活에 미치는 影響. *J Korean Nutr* 19(2):120-128, 1986
3. 오세영. 생물학적, 문화적 측면에서 본 한국인의식생활 행동: 지난 50여년을 중심으로. *J Korean Society Dietary Culture* 8(4):373-379, 1993
4. Kwak TK, Lee KE, Park HW, Ryu K, Hang WS, Choi EJ, Jang HJ, Kim SH. The development of HACCP-Based standardized Recipe and the Quality Assessment of cook/chilled Soy Sauce Glazed Mackerel. *J Korean Soc Food Cookery SCI* 13(5):592-601, 1997
5. Lee YN, Shin MJ, Kim BN. A study on the Present state of Traditional Food. *J Korean Society Dietary Culture* 6(1):71-80, 1991
6. Kim HY. Food Service Organizations, The Hyo-il, pp. 305-311, 1998
7. The Korean Nutrition Society, 한국영양자료집, 신광출판사, p.96, 1989
8. Han JS, Shin MK. Studies on the Preference for Prepared Food(Part 1) An Analytical study on the Preference for the Prepared Food, *J Korean Society Dietary Culture* 3(1):57-66, 1998
9. Mo SM. The Development of Eating-Out Culture in Korea. *J Korean Society Dietary Culture* 9(2):181-185, 1994
10. 최춘언. 현대산업사회와 식생활문화. *J Korean Society of Dietary Culture* 10(3):213-222, 1995
11. Ahn SJ. A study on images and Consumption about Instant Food of Homemakers in Kyung-kido Area. *J Korean Society Dietary Culture* 5(2):75-90, 1989
12. Lee KW, Lee YM. Nutritional Knowledge, Attitude and Behaviour of College Students in Seoul and Kyunggido Area. *J Korean Society Dietary Culture* 10(2):125-132, 1995
13. Kim MH, Han JS. A study on Image and Consumption about Instant Food of Urban Homemaker. *J Korean Home Economics Association* 26(3):69-79, 1988
14. Kwak TK, Lee KA, Lyu ES. Consumer Demands for Prepared Frozen or Refrigerated Foods and Industry's Response to Consumer Demands. *Korean J Soc Food Cookery SCI* 9(3), 1993
15. Jae MK. Convenience Food Type and Convenience Food Consumption Behavior of Wives in. *J Korean Living Science* 7(1):75-85, 1998
16. Lee MH, Kim DS. A study on the actual conditions of college students' fast-food use and their likings -Centering around the students in the Uijungbu region-. *J Culinary Research* 6(3):329-342, 2000
17. Kim HY, Choi SH, Ju SE. A Survey of the Behaviors on Fast Food Restaurants. *J Korean Society Dietary Culture* 11(1):71-82, 1996
18. Kim HY, Jeong SJ. Dietary behaviour of college students in Kangreung Area on Convenience food. *J Korean Soc. Food Cookery SCI* 18(4):60-67, 2002
19. 김기숙 외 4인. 식품과 음식 문화, 교문사, pp.137-138, 2000
20. Laurel B, Janice F. Comparison of college students' current eating habits and recollections of their childhood food practices. *J Nutr Educ* 31:304-310, 1996
21. Kim KW, Shin EM, Moon EH. A Study on Fast Food Consumption, Nutritional Knowledge, Food Behaviour and Dietary intake of University Students. *J Korean Diet Assoc* 10(1):13-24, 2004

22. Kim KH. A Study of the Dietary Habits, the Nutritional Knowledge and the Consumption Patterns of Convenience Foods of University Students in the Gwangju Area. *Korean J Community Nutrition* 8(2):181-191, 2003
23. Moon SJ, Yoon HJ, Kim JH, Lee YJ. A Study of the Perception and Consumption Pattern of Convenience Foods by Korean College Students. *J Korean Society Dietary Culture* 13(3):227-239, 1998
24. Lee KA. A Comparison of Eating and General Health Practice to the Degree of Health Consciousness in Pusan College Students. *J Korean Soc Food SCI Nutr* 28(3):732-746, 1999
25. Shin AS, Roh SB. Fast Food Consumption Patterns of College Students in Busan. *J Korean Society Dietary Culture* 15(4):287-293, 2000
26. Kim HK. Fast Food Consumption Patterns of College Students in Ulsan. *J Korean Society Dietary Culture* 11(1): 131-141, 1996
27. Chang YK, Oh EJ, Sun YS. A study on the food habit and the health responses of college students to the today health index. *J Kor Home Econ* 26:43-51, 1988
28. Hwang HS, Sohn KH. The analysis of food preference according to region, age, and sex. *J Korean Society Dietary Culture* 3:177-185, 1988
29. Hwang HS. An survey of dietary life and nutrition status in Mokpo National University. *J Korean Soc Food Nutr* 20:65-71, 1991
30. You JS, Chang KJ, Byun KW. A study on nutrient intake of college students. *J Korean Home Econ* 32:209-216, 1994
31. Hong SM, Bak KJ, Jung SH, Oh KW, Hong YA. A study on nutrient intakes and hematological status of female college students of Ulsan city. *J Korean Nutr* 26:338-346, 1993
32. Lee YN, Choi HM. A study on the relationship between body mass index and the food habits of college students. *J Korean Society Dietary Culture* 9:1-10, 1994