

외식 자원 구성 요인이 여가 만족도 및 삶의 질에 미치는 영향에 관한 연구

김태희^{1*} · 김향미¹ · 이은정²

¹경희대학교 호텔관광대학, ²이화여자대학교 생활환경대학 식품영양학전공 겸임교수

Effects of Dining-out Resource on Leisure Satisfaction and Quality of Life

Tae-Hee Kim^{1*}, Hyang-Mee Kim² and Eun-Jung Lee²

¹College of Hotel and Tourism Management, Kyunghee University, Seoul 130-701, Korea

²Dept. of Food & Nutrition, Ewha Womans University, Seoul 120-750, Korea

Abstract

The purpose of this study was to examine the differences in satisfaction of leisure life and quality of life using standardized evaluation tools developed by WHO. Resource availability when dining out was measured by objective index(time of dining out, dining out expense) and subjective index(perceived satisfaction with time of dining out and dining out expense). In this study, 500 questionnaires(male & female adults) located in Seoul and the metropolitan area were sampled by convenience sampling and gather in 433 sheets of questionnaire. Data was analyzed by frequency analysis, factor analysis, reliability analysis, correlation analysis and regression analysis using SPSS Win 12.0. As a result there was high positive correlation between time of dining out, dining out expense and perceived satisfaction with time of dining out and dining out expense. Moreover, dining out resources impact on leisure life satisfaction and quality of life. Leisure life satisfaction had fairly high effects on quality of life. Since there is an increase in leisure time, the desire to improve quality of life while enjoying dining out as a part of leisure life is increasing and as various forms of consumption takes place, it suggests that segmentation of dining out market is necessary and marketing strategy should be established.

Key words : Dining out resource, time of dining out, dining out expense, leisure satisfaction, quality of life.

서론

근로 시간 단축으로 주5일 근무제가 확산되면서 사람들이 여가에 많은 관심을 가지게 되었다. 또한 여가 시간을 보내면서 사람들의 관심은 점차 삶의 양적인 부분에서 질적인 부분으로 옮겨갔으며 개인의 가치관, 식생활, 외식 산업에까지 전반적인 변화를 가져오게 되었다(Yang SI 2002). 이러한 여가는 인간의 행복을 결정짓는 변수로 작용할 뿐 아니라 삶의 만족이나 삶의 질과도 관련되어 있는 것으로 여가활동, 여가 생활, 여가 시간 등으로 그 의미가 복합적으로 사용되고 있다(임번장 2000, Lee & Kang 1997). 그 중 여가 활동은 여가 시간, 여가 비용, 여가 활동 종류, 여가 활동 장소 등을 모두 포함한다(Lee & Shin 2005). 선진국과는 달리 우리나라는 최근에 주 5일 근무제를 시행하였기 때문에 TV 보기, 외식, 쇼핑 등 대부분 가족 중심의 활동에 치우쳐 있는 것으로 나타났다(고정민 2006). 이는 아직까지 여가 패턴이 다양하지

못함을 의미하며 시간과 비용 등의 제한으로 가족내 활동에 집중되고 있음을 알 수 있다(삼성경제연구소 2001). 가족내 여가 활동에서 가장 큰 비중을 차지하고 있는 외식(삼성경제연구소 2001)은 타 여가 활동에 비해 시간과 비용의 제약이 적은 편이다.

Hong SH(1996)는 시간과 비용이 어느 정도 확보가 되어야만 여가 활동 참여가 가능하다는 점에서 시간과 비용을 여가 자원으로 분류할 수 있다고 하였고, 보유 자원(시간, 비용, 공간 등)의 수준을 객관적으로 측정하는 방법과 이 객관적인 조건에 대한 개인의 주관적인 지각을 측정하는 두 가지 방법이 있다고 하였다. 외식은 여가 활동에서 큰 비중을 차지하고 있기 때문에 따로 떼어내어 분류할 수 있다. 이에 Hong SH(1996)의 연구를 바탕으로, 여가 생활의 한 부분인 외식 생활을 좀 더 활성화 하기 위해 외식 시간과 외식 비용이라는 객관적 지표와 외식에 소비하는 시간에 대한 만족, 외식에 지출하는 비용에 대한 만족이라는 주관적 지표로 나누어 외식 자원을 정의할 수 있다.

외식 자원을 포함한 여가 분야는 일반적으로 생활 만족의

* Corresponding author : Tae-Hee Kim, Tel : +82-2-961-9388, Fax : +82-2-964-2537, E-mail : thkim33@khu.ac.kr

중요한 구성 요소로 인식되어 왔는데(Unger & Kernan 1981), 특히 여가 시간, 여가 비용, 여가 활동 종류, 여가 참여시간 등이 여가 생활 만족도에 영향을 미치는 것으로 나타났다(Kim OS 1993, Hong SH 1996, Lee & Kang 1997, Song & Yeo 2004). 뿐만 아니라 Cho HS(2002)의 연구에서는 여가 활동 참여도가 높을수록 생활 만족도가 높은 것으로 나타났다. 따라서 본 연구에서는 외식시 활용 가능한 외식 자원이 여가 생활 만족도에도 유의한 영향을 미칠 것으로 가정하였다.

여가 활동과 삶의 질과의 관련성을 밝히기 위한 경험적인 연구 노력은 1970년 이후에 시작되어 체계적인 연구가 축적됨에 따라 개인의 삶의 질에 긍정적인 영향을 미치는 여가 변인이 속속 밝혀지게 되었으며 이러한 여가 변인으로 여가 만족이 있다(Lim BJ 1995). 여가 만족과 삶의 질 간에 긍정적인 상관 관계가 있다는 것은 여러 연구(Ragheb & Griffith 1982, Tinsley & Tinsley 1986)를 통해 알 수 있는데, 이를 통해 여가 생활은 만족도를 높이며 개인의 삶의 질을 증진시키는데 긍정적인 영향을 미치는 변수임을 알 수 있다. 하지만 외식 분야에서는 외식 실태와 외식 만족도에 관한 연구가 대부분이고, 외식 자원을 활용하여 삶의 질과 관련해서 연구한 논문은 거의 없는 실정이다.

따라서 본 연구에서는 여가 자원의 구성 요인을 바탕으로 한 외식에 소비하는 시간과 외식에 지출하는 비용이라는 외식 자원 구성 요인들이 여가 생활 만족도와 삶의 질에 어떠한 영향을 미치는지 규명하고자 한다.

연구 방법

1. 조사 대상 및 방법

본 연구의 설문 조사는 서울과 수도권에 거주하는 30, 40대 직장인 남녀를 대상으로 예비 조사와 본 조사로 나누어 실시하였다. 예비 조사는 2005년 4월 11일부터 15일까지 직장인 60명을 대상으로 실시하여 신뢰성과 타당성 분석을 통해 설문 내용을 수정, 보완하였다. 이후 2005년 4월 28일부터 5월 7일까지 500부의 설문지를 배포하여 본 조사를 실시하였다. 494부(98.8%)를 회수하였고, 불성실하게 응답한 7부를 제외하고 총 487부(97.4%)를 통계 분석에 사용하였다.

2. 조사 내용

설문 항목은 크게 4부분 41문항으로 구성되었다. 첫째, 삶의 질 인식에 관한 문항은 한국판 세계보건기구 삶의 질 척도(WHOQOL)(민성길 2002)를 바탕으로 전반적인 생활 만족도, 세부 영역 만족도, 여가 생활 만족도로 나누어 리커트 5점 척도로 측정하였다. 둘째, 외식 생활에 관한 문항은 일주일 평균 외식에 소비하는 시간과 월 평균 외식에 지출하는

비용으로 나누어 비율 척도로 측정하였다. 셋째, 외식 자원 이용 만족도는 외식 시간에 대한 만족도, 외식 비용에 대한 만족도로 나누어 리커트 5점 척도로 측정하였으며, 마지막으로 인구 통계학적 특성의 6가지 문항을 명목 척도로 측정하였다.

3. 자료 분석 방법

본 연구를 수행하기 위하여 SPSS Win 12.0을 사용하였으며 구체적인 자료의 분석 방법은 다음과 같다. 조사 대상자의 일반적 특성을 알기 위해 빈도 분석을 실시하였으며, 측정 도구의 타당성과 신뢰도를 검증하기 위해 요인 분석과 Cronbach's α 를 이용하여 신뢰도 분석을 실시하였다. 외식 자원이 여가 생활 만족도와 삶의 질에 미치는 영향을 알아보기 위해 중다회귀 분석을 실시하였으며, 여가 생활 만족도가 삶의 질에 미치는 영향을 알아보기 위해 단순회귀 분석을 실시하였다.

결과 및 고찰

1. 조사 대상자의 일반적 사항

Table 1에서 보는 바와 같이 전체 응답자 487명 중 남자가 64.7%(315명), 여자가 35.3%(172명)으로 나타났으며 연령별로는 30세 미만이 32%(156명), 31~40세가 48.3%(235명), 41세 이상이 19.7%(96명)로 나타났다. 결혼 여부는 미혼이 42.7%(208명), 기혼이 56.3%(274명)로 나타났으며, 학력은 대학교 졸업이 58.9%(287명)로 가장 높게 나타났으며 뒤를 이어 대학원 졸업이 20.1%(98명), 전문대학 졸업이 12.7%(62명), 고등학교 졸업 이하가 8.2%(40명)를 차지하였다. 응답자의 직업을 살펴보면 사무/기술직 52.9%(257명), 교육/연구직 27.3%(133명), 전문/자유직 16.4%(80명), 공무원 0.8%(4명)로 사무/기술직에 종사하는 응답자의 비중이 높았다. 월 소득은 200만원 이하 42.7%(208명), 201~300만원 34.1%(166명), 301~400만원 15.6%(76명), 400만원 이상 7.6%(37명)로 나타났다.

2. 타당성 및 신뢰성 검증

측정 도구의 타당성을 검증하기 위해 요인 분석(Factor analysis)을 실시하였으며, 신뢰성을 검증하기 위해 Cronbach α 를 이용하여 신뢰성 분석을 하였다. 삶의 질에 대한 탐색적 요인 분석을 실시한 결과(Table 2) 관련 23개의 측정 항목 각각의 요인 적재량(Factor loading)이 0.4 이상을 4개의 요인으로 묶였으며, 각 요인은 선행 연구(민성길 2002)를 바탕으로 '심리적 요인', '환경적 요인', '신체적 요인', '사회적 관계 요인'으로 나뉘었다. 일반적으로 요인 적재량이 0.4 이상이면 유의한 변수로 간주할 수 있기 때문에 본 연구에서는 요인

Table 1. Demographic profile of respondents (N=487)

	Categories	Frequency	%
Gender	Male	315	64.7
	Female	172	35.3
Age	Under 30	156	32
	31~40	235	48.3
	41 and more	96	19.7
Marital status	Single	208	42.7
	Married	274	56.3
Education	Under high school	40	8.2
	College	62	12.7
	University	287	58.9
	Graduate	98	20.1
Job status	Office	257	52.8
	Professional	80	16.4
	Educator/investigator	133	27.3
	Public officer	4	0.8
Monthly income (unit=1,000won)	Less than 2,000	208	42.7
	2,010~3,000	166	34.1
	3,010~4,000	76	15.6
	More than 4,000	37	7.6

적재량이 0.4 이상인 21개의 측정 항목만을 사용하였다.

여가 생활 만족도에 대한 탐색적 요인 분석을 실시한 결과 (Table 3) 모두 0.7 이상으로 개념 타당성이 높게 나타났으며, 삶의 질과 여가 생활 만족도에 대한 신뢰성 분석 결과 Cronbach's Alpha 값이 0.7 이상으로 높은 신뢰도를 나타내고 있다.

3. 외식 자원에 따른 여가 생활 만족도

외식 시간, 외식 비용, 외식 시간 만족도, 외식 비용 만족도에 따른 여가 생활 만족도를 알아보기 위해 중다회귀분석을 실시하였다. 그 결과 Table 4에서 볼 수 있듯이 외식 비용을 제외한 나머지 세 변수가 여가 생활 만족도에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 설명력은 27%였다. 특히 주관적 지표와 객관적 지표간의 차이가 있었으며 외식시간 만족도($\beta=.298, p<0.01$)가 여가 생활 만족도에 가장 중요한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 반면 객관적 지표인 외식 비용은 유의적인 영향을 미치지 못하는 것으로 나타났다. 주관적 평가가 만족도에 더 큰 영향을 미치는 것으로 볼 때 주관적 인식이 더 중요하다는 것을 알 수 있다.

Table 2. The result of factor analysis & reliability analysis for quality of life

Factor	Variables	Factor loading	Cronbach's α
Psychological	I'm satisfied with me	.785	.813
	I'm satisfied with my capability	.773	
	I'm satisfied with my appearance	.772	
	I enjoy my life	.640	
Environmental	I can concentrate my attention on a thing	.514	.794
	I'm satisfied with my living space	.760	
	I can use medical service with satisfaction	.691	
	I'm satisfied with transportation that I used	.664	
	I'm living in well-being residence	.655	
	I can take information	.631	
Physical	I feel safe in daily life.	.511	.748
	I'm hindered in my work from physical ache	.767	
	I need a cure for my good daily life	.757	
	Medicine or medical treatment control my quality of life	.684	
	I'm anxious about my sleeping sickness	.613	
Social	I'm satisfied with my sleeping	.524	.758
	I have a powerful energy for my daily life	.444	
	I satisfy support from my family	.844	
	I'm happy with my family	.811	
	I'm satisfied with my interpersonal	.536	
	I satisfy support from my friend	.508	

4. 외식자원에 따른 삶의 질

외식 자원에 따른 삶의 질에 대해 알아보기 위해 중다회귀 분석을 실시한 결과 외식 시간을 제외한 변수들이 삶의 질에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며 23.5%의 설명력을 보이고 있다. 삶의 질에 미치는 영향 관계에서도 위의 결과와 마찬가지로 객관적 지표보다는 주관적 지표가 더 큰 영향을

Table 3. The result of factor analysis & reliability analysis for leisure satisfaction

Factor	Variables	Factor loading	Cronbach's α
Leisure satisfaction	I'm satisfied that I make good use of my free time	.860	.886
	I will always spend free time well	.843	
	I will always spend great free time with my family or friends	.826	
	I have a chance that I enjoy leisure activities	.824	
	I can enjoy by myself	.796	

Table 4. The impact of dining-out resource on leisure satisfaction

Dependent variable	Independent variable	B	S.E.	Beta	t-value
Leisure satisfaction	Constant	1.381	.145		9.515**
	Time spent for dining out	.030	.010	.132	2.981**
	Dining out expense	.004	.003	.063	1.438
	Perceived satisfaction with time spent for dining out	.248	.038	.298	6.752**
	Perceived satisfaction with dining out expense	.224	.046	.221	4.904**
	R^2				.270
F				44.415**	

** $p < 0.01$.

미쳤으며 이들의 영향 관계에서도 외식 시간 만족도($\beta = .260$, $p < 0.01$)가 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 반면 위의 결과와는 반대로 삶의 질에는 객관적인 지표 중 시간보다는 비용이 영향을 미친다는 점이 다르게 나타났다. 삶의 질에도 여가 만족도와 마찬가지로 주관적인 요인이 더 크게 영향을 미침으로써 주관적인 인식이 중요하다는 것을 알 수 있다.

5. 여가 생활 만족도에 따른 삶의 질

여가 생활 만족도에 따른 삶의 질에 대해 분석한 결과(Table 6), 여가 생활 만족도는 삶의 질에 영향을 미치는 것으로

Table 5. The impact of dining-out resource on quality of life

Dependent variable	Independent variable	B	S.E.	Beta	t-value
Quality of life	Constant	2.352	.099		23.746**
	Time spent for dining out	.003	.007	.020	.436
	Dining out expense	.005	.002	.136	3.045**
	Perceived satisfaction with time spent for dining out	.145	.026	.260	5.604**
	Perceived satisfaction with dining out expense	.165	.031	.243	5.281**
	R^2				.235
F				36.845**	

** $p < 0.01$.

Table 6. The impact of leisure satisfaction on quality of life

Dependent variable	Independent variable	B	S.E.	Beta	t-value
Quality of life	Constant	2.258	.079		28.424**
	Leisure satisfaction	.388	.024	.585	15.901**
	R^2				.343
	F				252.851**

** $p < 0.01$.

나타났으며 34.3%의 설명력을 보이고 있다. 또한 표준화된 β 값이 .585로 여가 생활 만족도가 삶의 질에 미치는 영향력이 비교적 크다고 해석할 수 있다.

요약 및 결론

본 연구는 여가 자원의 구성 요인을 바탕으로 한 외식 시간, 외식 비용이라는 외식 자원 구성 요인 간의 상관 관계를 규명하고, WHO에서 개발한 표준화된 측정 도구를 가지고 외식자원에 따른 여가 생활 만족도와 삶의 질에 대해 규명하고자 했다. 그 결과는 다음과 같다.

첫째, 외식 시간과 외식 비용, 외식 시간 만족도와 외식 비용 만족도라는 외식 자원에 여가 생활 만족도와 삶의 질의 관계는 유의하였다. 여가 생활 만족도는 외식 비용을 제외하고 외식 시간, 외식 시간 만족도, 외식 비용 만족도가 영향을

미치는 것으로 나타났으며, 삶의 질은 외식 시간을 제외하고 외식 비용, 외식 시간 만족도, 외식 비용 만족도가 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 특히 위의 두 결과에서 객관적 지표보다 주관적 지표가 여가 생활 만족도와 삶의 질에 더 큰 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

둘째, 여가 생활 만족도는 삶의 질에 영향을 미칠 것이라고 분석한 결과 34.3%라는 설명력을 보이며 유의한 결과를 나타냈다.

본 연구는 외식 자원에 따른 여가 생활 만족도와 삶의 질과의 관계를 분석한 것으로, 외식 생활이 삶의 질에 미치는 영향이 얼마나 중요한가를 밝혀냈는데 중요한 의의가 있다. 기존의 연구에서 소비자의 특성에 따라 외식 성향, 외식 업체 선호도, 외식 서비스 등의 외식 실태와 외식 만족도를 주로 다루었던 것을 한 차원 더 나아가 외식 자원을 활용하여 삶의 질 인식을 이끌어냈다는 점은 외식이 소비자의 행동에 영향을 주는 바 그 중요성이 크다고 할 수 있다. 무엇보다도 외식 자원을 활용함에 있어 소비자가 인식하는 주관적인 요인에 중점을 둘 필요가 있다. 뿐만 아니라 환경의 변화 속도가 빠르게 진행되는 현실에 맞추어 외식 소비 행태를 연구하는 것은 심화된 외식 시장에서 고객의 기대에 맞추어 고객 중심으로 마케팅 전략을 수립할 수 있으며, 매출의 향상과 경쟁우위 확보를 가능하게 할 수 있을 것이라 생각한다. 그러나 본 연구에서 조사 대상자를 서울, 수도권 직장인으로 한정했기 때문에 연구 결과를 일반화하는데 한계가 있다. 향후 연구에서는 조사 대상자를 세분화하여 마케팅 활동에서 중요한 소비자들의 특성을 체계적으로 접근할 수 있는 라이프 스타일별 연구가 필요하다고 생각한다.

문 헌

- 고정민 (2006) 여가트렌드. 문화관광정책연구원.
- 민성길 (2002) 한국판 세계보건기구 삶의 척도 지침서. 하나 의학사.
- 삼성경제연구소 (2001) 주5일제 근무와 소득과 여가에 대한 인식.
- 임번장 (2000) 사회체육개론. 서울대학교 출판부.
- Cho HS (2002) A study on the level of life satisfaction by the pattern of leisure activities for the aged. *MS Thesis* Kyunghee University Seoul.
- Hong SH (1996) A study on the level of family leisure participation and the level of life satisfaction of housewives. *Korean J Home Economics* 34: 71-84.
- Kim OS (1993) The relationship between leisure participation and leisure barriers of urban married women. *J Korean Home Management* 11: 208-218.
- Lee JM, Shin HK (2005) A study on the activation of leisure activities for middle-aged. *J Korean Home Management* 23: 161-172.
- Lee JY, Kang HM (1997) The relationship between leisure satisfaction and teachers participant base on Lueschen's types of leisure activity. *Korean J Physical Education* 36: 271-280.
- Lim BJ (1995) Leisure and quality of life. *Newsletter Korean Soc Soc Sport* 8: 1-8.
- Ragheb MG, Griffith CA (1982) The contribution of leisure satisfaction to life satisfaction of old persons. *J Leisure Research* 14: 295-306.
- Song WI, Yeo IS (2004) The influence of leisure constraints on leisure satisfaction and life satisfaction of urban workers. *Korean J Physical Education* 43: 685-697.
- Tinsley HEA, Tinsley DJ (1986) A theory of the attitude benefits and cause of leisure experience. *Leisure Sci* 8: 1-45.
- Unger LS, Kernan JB (1981) Leisure and the QOL construct: A review & some modest proposals. *Advances Consumer Research* 8: 607-611.
- Yang SI (2002) The effects of 5-day work system on workers' leisure life. *MS Thesis* Yonsei University Seoul.

(2006년 9월 16일 접수, 2006년 10월 9일 채택)