

부산지역 주민의 연령별 패스트푸드 이용실태

이 정 숙[†]

고신대학교 식품영양학과

A Comparative Study on Fast Food Consumption Patterns Classified by Age in Busan

Jeong-Sook Lee[†]

Dept. of Food and Nutrition, Kosin University, Busan, Korea

ABSTRACT

This study was carried out to investigate the fast food consumption patterns classified by age in Busan. The survey was conducted from October 15 to November 15, 2006 by questionnaires and data analyzed by SPSS program. The results are summarized as follows: Forty one point five percent of the elementary group, 40.5% of the high school group, 24.1% of the 30's, 35.0% of the 40's and 18.1% of the 50's took fast foods over once a week. Seventy two point five percent of the elementary group, 61.5% of the high school group, 16.8% of the 30's group, 10.0% of the 40's, and 14.6% of the 50's preferred fast foods. There was a significant difference in the basis for selecting menus among the groups. The most important basis for selecting menus was 'price' in the elementary group and the high school group, but was 'preference' in the adult groups. As their age increased, they spend more money for fast food. Forty six percent of the elementary group and 49.5% of the high school group, 32.1% of the 30's, 36.5% of the 40's, 34.7% of the 50's thought that fast food can substitute for a meal. The age affected significantly the substitutability for the meal of the fast food ($p < 0.001$). In the high school group, the ratio of skipping breakfast is higher than in the other age groups. Dietary attitude has direct effects on the preference of the fast foods. Nutrition knowledge, degree of unbalanced diet, and obesity rate have direct and indirect effects which were mediated by dietary attitude. Nutrition knowledge showed the greatest total causal effect in relation to the preference of the fast foods. Therefore, nutrition education for the subjects is needed to encourage them to choose more nutritious food and have healthier dietary pattern. (*Korean J Community Nutrition* 12(5) : 534-544, 2007)

KEY WORDS : fast food consumption · preference · dietary attitude · path analysis

서 론

우리나라의 급속한 경제성장과 산업의 발전은 사회환경과 국민의 생활수준을 크게 향상시켰으며 여러 방면에서 가치관이나 의식의 변화를 초래하였고, 식생활양식을 급속도로 변화시켰다. 또한 여성들의 교육수준 향상 및 사회진출의 증가로 인한 가사노동 시간의 단축, 핵가족화, 청소년들의 의식구조 변화, 소비의식의 변화 등에 따라 외식화 경향이 가속화되었고, 산업사회의 바쁜 생활 속에 간편성, 다양성, 경제성, 신속성, 균일한 품질, 위생, 서비스 및 기호성을 추구하

게 됨에 따라, 패스트푸드가 우리 식생활 깊숙히 침투하였다 (Jeong & Kim 2001; Park & Ahn 2001).

패스트푸드의 대표적인 음식은 햄버거, 치킨, 피자, 프라이드 포테이토 등으로 육류나 기름진 음식이 많아 편중된 영양 섭취 현상을 유발하고, 비타민과 무기질 섭취의 부족, 고열량, 고지방, 고염식의 영양불균형으로 이어져 건강한 식생활 영위에 부정적인 영향을 미치고 있다. Ries(1975)는 제한된 식품가지수, 저영양밀도와 열량필요량의 개인차를 고려치 않은 1인분의 양의 표준화, 저영양밀도 등으로 인한 패스트푸드의 문제점을 지적하였고, Appledorf 등(1979)은 패스트푸드가 열량비율이 높고 전반적으로 포화지방산과 나트륨 함량이 높으며 과일, 채소 및 전곡음식이 부족함을 지적하면서, Na 함량을 저하시키거나 대체물 사용을 권고한 바 있다. 영양적 가치가 낮은 외식은 개인에게 영양적인 부적절 상태를 초래하고 외식의 빈도가 증가함에 따라 열량초과의 위험성을 줄 수 있다는 보고(Ries 등 1987), 패스트푸드를

접수일: 2007년 9월 1일 접수

채택일: 2007년 10월 17일 채택

Corresponding author: Jeong-Sook Lee, Dept. of Food and Nutrition, Kosin University, 149-1 Dongsam-dong, Youngdo-Gu, Busan, 606-701 Korea

Tel: (051) 990-2328, Fax: (051) 403-3760

E-mail: jslee@kosin.ac.kr

한끼 식사나 간식으로 소비할 때는 칼슘 및 철분 섭취가 부족되는 경향을 나타낸다는 보고(Skinner 등 1985)도 있다. 특히 패스트푸드에 많이 함유되어 있는 트랜스지방은 필수 지방산의 대사를 방해하고, 혈중 콜레스테롤 함량, 심장질환 및 심장마비 사망을 증가시킨다고 알려져 있다.

우리의 식생활 양식은 오랫동안 지속적으로 지켜온 식습관과 새로운 생활양식이 융합되는 과정 속에서 형성된다. 어떤 사회 집단에서든 형성되는 특유의 식습관은 집단 내에 존재하는 이용 가능한 식품을 사람들이 수용할 때 비로소 이루어지므로 사람들의 식품 선택에 대한 태도와 가치관 또한 우리의 영양상태를 좌우하는 중요한 요인이 될 것이다. 동일한 시대에 사는 사람이라도 식품 구매 능력, 영양과 건강에 대한 태도나 가치관에 영향을 미칠 수 있는 성, 연령, 소득수준 또는 교육수준 등의 인구학적 변인에 따라 식생활 양식이 매우 다르게 나타날 수 있다(Jin 2001). 바람직한 식생활지침을 설정하고 교육하기 위해서는 우리의 식생활이 어떻게 변화하고 있으며 현재의 실태는 어떠한지를 검토하고 기초자료를 확보하는 일이 필요하다.

1980년대에는 주로 10대 청소년층이 중심소비층이었는데 2000년대에는 30대, 40대 소비자층의 증가로 패스트푸드점 이용 소비자층의 범위가 확대되고 있으며, 자주 이용하는 소비자층들의 식습관 변화로 식생활의 서구화 현상은 물론 우리 고유의 식문화를 저해할 수 있다. 지금까지 패스트푸드와 관련된 연구들은 초등학교(Lee 2004; Kim & Rha 2005), 청소년(Sim & Kim 1993; Jeong & Kim 2001; Kim & Park 2005; Lyu, Lee, Yoon 2006), 대학생(Kim 1996; Shin & Roh 2000; Lee 등 2001; Jeong 등 2002; Kim 2003; Kim 등 2004) 등 특정 연령층을 대상으로 한 연구가 대부분이며 30대, 40대, 50대 성인의 이용실태 연구는 미흡한 실정이다. 또한 모든 연령층을 대상으로 세대간의 패스트푸드 이용실태, 인식, 선호도 등을 비교한 연구는 이루어 지지 않은 실정이다.

이에 본 연구는 초등학교, 고등학교, 30대, 40대, 50대 등의 연령별 패스트푸드 이용실태를 비교함으로써 세대간의 패스트푸드 이용 경향을 알아보고 이를 바탕으로 외식문화의 올바른 지도와 바람직한 식생활방향을 설정하는데 도움을 주고자 하였다.

조사대상 및 방법

1. 조사대상 및 기간

본 연구는 부산시내에 소재하는 초등학교와 고등학교를 12개교씩 선정하여 6개교는 학생을 대상으로, 6개교에서는

학부모를 대상으로 설문조사를 실시하였고, 4개의 대학에서 학부모를 대상으로 설문조사를 실시하였다. 설문지법을 이용하여 2006년 10월 15일부터 11월 15일까지 실시하였다. 조사대상자가 직접 설문지에 기입하게 하였으며 총 1,000부를 배포하여 모든 문항에 완전히 응답한 936부(회수율 93.6%)를 통계처리 하였다.

2. 조사내용 및 방법

연구자에 의해 설계된 설문지는 영양학 전공자 3인으로부터 내용타당도를 검증받아 문항을 선정하였고, 전체 문항의 신뢰도 계수는 $\alpha = 0.75$ 로 나타났다. 설문지의 내용은 일반적인 사항, 신장과 체중, 패스트푸드 이용실태, 식습관, 식생활태도, 영양지식 등에 관한 항목으로 구성되었다.

조사된 체중과 신장을 이용하여 비만도(percent ideal body weight; PIBW)를 구하였다. PIBW는(실체중/이상체중)×100으로 계산하였고, 초등학교는 대한소아과학회의 한국소아신체발육표준치의 신장별 체중 50 백분위수를 표준체중으로 하였으며, 고등학교 이상은 (실제신장 - 100) × 0.9로 계산하였다. PIBW가 90미만이면 '체중부족군'으로, 90 이상 110 미만이면 '정상군', 110 이상 120 미만은 '체중과다군', 120 이상은 '비만군'으로 나누었다.

패스트푸드 이용에 관한 문항은 선행 연구(Kim 1996; Kim 등 2004; Lee 2004)의 내용들을 기초로 하여 본 연구 목적에 맞게 보완하여 설문을 만들었다. 문항의 내용은 패스트푸드의 이용 빈도, 패스트푸드 1회 이용 시 사용금액, 패스트푸드의 식사 대용 가능성, 메뉴 선택의 기준, 패스트푸드 선호도 등에 관한 5문항으로 구성하였다.

식생활태도에 관한 조사를 위해 선행연구(Lee 등 1996; Lee 등 2001; Jin 2001b; Jeong & Kim 2001)에서 사용한 방법을 응용하여 설문을 만들었다. 문항의 내용은 식품군의 조화, 식사의 규칙성, 식사와 일상생활의 균형, 식습관 개선에 관한 의지 등에 관한 19문항으로 구성되었다. 각 문항마다 바람직한 태도는 3점, 보통은 2점, 바람직하지 못한 태도는 1점을 주어 총점을 구하였다. 총점이 22점 미만은 '나쁨', 22점 이상 34점 미만은 '보통', 34점 이상 45점 미만은 ' 좋음', 45점 이상은 '우수'로 나누었다.

영양지식에 관한 조사는 선행연구(Jin 2001b; Lee 2003; Kim 등 2004)의 내용을 기초로 하여 선정한 총 10문항으로 구성하였다. 조사 문항은 식품군별 영양소의 역할과 함유식품, 결핍증, 영양에 관한 잘못된 지식 여부 등을 서술형 문항으로 제시하여 문항의 내용이 맞으면 ○, 문항의 내용이 틀리면 ×로 표시하는 형식으로 측정하였다. 영양지식의 평가는 정답이 맞으면 2점, 틀리면 1점을 주어 총 20점

만점으로 평가하였으며 총 합계 점수가 8점 미만은 ‘나쁨’, 9점 이상 12점 미만은 ‘보통’, 13점 이상 16점 미만은 ‘ 좋음’, 16점 이상은 ‘우수’로 나누었다.

3. 조사자료의 처리

수집된 자료는 SPSS 12.0(Statistical Package for Social Science) program을 이용하여 전산처리하였다. 항목에 따라 빈도, 백분율, 평균과 표준편차를 구하여 전반적인 경향을 파악하고, 변인간의 유의성 및 상관성은 t-test, χ^2 -test, Duncan’s multiple range test, 다중회귀분석을 실시하여 파악하였다.

결 과

1. 일반적 특성

조사대상자의 일반적 사항은 Table 1과 같다. 초등학교 남학생이 104명 (11.1%), 여학생 96명 (10.3%), 남자고등학생 93명 (9.9%), 여자고등학생 107명 (11.4%), 30대 남자 66명 (7.1%), 30대 여자 71명 (7.6%), 40대 남자 100명 (10.7%), 40대 여자 100명 (10.7%), 50대 여자 92명 (9.3%), 50대 여자 107명 (11.4%)로 총 936명이었다. 1달 식생활비는 30만원~40만원이 23.2%로 가장 많았고, 20만원~30만원 (22.6%), 40만원~50만원 (20.3%) 순이었다. 2005년도 국민건강영양조사(Ministry of Health and Welfare 2006)에서 부산에 거주하는 조사대상자의 경우 한달평균식비 20만원 이하가 24.9%, 20~40만원이 43.7%로 본 조사결과와 비슷하였다. 가족수는 4명이 53.0%로 가장 많았으며, 5명도 20.1%로 나타났다.

2. 나이, 신장, 체중 및 비만도

조사대상자의 나이, 신장, 체중 및 비만도는 Table 2에 나

타내었다. 남자초등학생은 평균연령 12.2세, 평균신장 149.3 cm, 평균체중 43.5 kg이었고, 여자초등학생은 평균 연령 12.1세, 평균신장 148.7 cm, 평균체중 41.9 kg이었다. 남자고등학생의 평균연령은 17.9세, 평균신장은 173.6 cm, 평균체중 67.3 kg, 여자고등학생은 평균연령 18.2세, 평균신장 161.1 cm, 평균체중 53.1 kg이었다. 30대 남성의 평균 신장은 172.5 cm, 평균체중 67.5 kg, 40대 남성은 평균신장 172.8 cm, 평균체중 69.2 kg, 50대 남성은 평균 신장 172.1 cm, 평균체중 69.9 kg으로 신장에서는 남자고등학생과 큰 차이를 보이지 않았지만, 연령이 높아질수록 PIBW가 증가함을 알 수 있었다. 30대 여성은 평균신장 161.2 cm, 평균체중 53.7 kg으로 여고생들과 비슷한 체격

Table 1. General characteristics of the subjects

Characteristics		Number (%)	
Gender	Male	Elementary school students	104 (11.1)
		High school students	93 (9.9)
		30s	66 (7.1)
		40s	100 (10.7)
		50s	92 (9.8)
	Female	Elementary school students	96 (10.3)
		High school students	107 (11.4)
		30s	71 (7.6)
		40s	100 (10.7)
		50s	107 (11.4)
Monthly food expenditure (Won)	Under 100,000	36 (3.9)	
	100,001-200,000	137 (14.6)	
	200,001-300,000	212 (22.6)	
	300,001-400,000	217 (23.2)	
	400,001-500,000	190 (20.3)	
	Over 500,000	144 (15.4)	
Family number	2	29 (3.1)	
	3	180 (19.2)	
	4	496 (53.0)	
	5	188 (20.1)	
	6	34 (3.6)	
	7	9 (1.0)	
	Total	936 (100.0)	

Table 2. Physical characteristics of the subjects

		Elementary students	High School students	30'	40'	50'
Age (Yrs)	Male	12.2 ± 1.0 ^{e11}	17.9 ± 0.8 ^d	35.0 ± 2.8 ^c	45.5 ± 2.9 ^b	53.9 ± 2.6 ^a
	Female	12.1 ± 1.2 ^e	18.2 ± 0.6 ^d	35.9 ± 2.6 ^c	44.6 ± 3.2 ^b	53.4 ± 2.8 ^a
Height (cm)	Male	149.3 ± 9.3 ^b	173.6 ± 6.6 ^a	172.5 ± 7.4 ^a	172.8 ± 5.8 ^a	172.1 ± 4.4 ^a
	Female	148.7 ± 9.0 ^c	161.1 ± 6.7 ^{ab}	161.2 ± 5.7 ^a	159.5 ± 3.9 ^{ab}	159.2 ± 4.2 ^b
Weight (Kg)	Male	43.5 ± 5.1 ^b	67.3 ± 7.6 ^a	67.5 ± 9.9 ^a	69.2 ± 8.5 ^a	69.9 ± 6.3 ^a
	Female	41.9 ± 8.7 ^d	53.1 ± 8.5 ^c	53.7 ± 8.2 ^{bc}	55.8 ± 6.3 ^{ab}	57.6 ± 6.0 ^a
PIBW ²⁾	Male	106.8 ± 19.6 ^a	101.9 ± 14.1 ^b	101.9 ± 15.3 ^b	105.8 ± 10.3 ^{ab}	107.8 ± 8.6 ^a
	Female	99.4 ± 14.1 ^b	98.8 ± 16.3 ^b	97.6 ± 14.2 ^b	104.6 ± 12.8 ^a	108.1 ± 10.4 ^a

1) Mean ± SD. Values with different superscripts are significantly different at $\alpha=0.05$ by Duncan’s multiple range test.

2) PIBW (Percent Ideal Body Weight) = (actual body weight/standard body weight) × 100

을 보였으나, 40대 여성은 평균신장 159.5 cm, 평균체중 55.8 kg, 50대 여성은 평균신장 159.2 cm, 평균체중 57.6 kg으로 신장은 여고생과 30대에 비해 작은 반면, 체중은 높았으므로 비만도가 높게 나타났다.

3. 식습관조사

조사대상자의 식습관 조사 결과는 Table 3과 같다. 초등학교(41.0%)와 40대(43.0%)가 자신을 '건강'하다고 생각하는 비율이 다른 연령대에 비해 높았으며(p < 0.001), 고등학생, 30대, 50대는 자신의 건강상태가 '보통'이라고 생각하는 비율이 높게 나타났다.

1주일동안 아침식사 횟수는 고등학생군이 3.9회로 가장

낮았고, 40대가 5.6회로 가장 높았다. 점심과 저녁은 50대가 다른 군에 비해 섭취횟수가 낮은 것으로 나타났다.

결식이유는 전체의 33.3%(312명)가 '시간이 없어서'라고 했으며, 16.0%(150명)가 '귀찮아서'로, 15.1%(142명)가 '식욕이 없어서'로 대답하였다. 40대의 경우 '소화가 잘 되지 않아서(12.5%)', '체중감소를 위해(14.0%)'로 답한 비율이 다른 군에 비해 높은 것으로 나타났고, 30대는 '습관이 되어서(14.6%)'가 다른 연령층에 비해 높게 나타났다.

1일 간식섭취 횟수는 모든 연령층에서 '1회'가 가장 높게 나타났으며(41.1%), 전체의 83.9%가 간식을 하는 것으로 나타났다. 초등학교의 경우는 '먹지않는다'가 18명(9%)으로 가장 낮은 비율을 나타낸 반면, 다른그룹은 15.5% ~

Table 3. Distribution of dietary habits in the subjects

		Elementary school students	High school students	30's	40's	50's	Total	N (%)
Health status	Very Healthy	50 (25.0)	24 (12.0)	10 (7.2)	10 (5.0)	15 (7.5)	109 (11.6)	104.327***
	Healthy	82 (41.0)	62 (31.0)	48 (34.5)	86 (43.0)	57 (28.6)	335 (35.7)	
	Moderate	47 (23.5)	82 (41.0)	71 (51.1)	78 (39.0)	93 (46.7)	371 (39.6)	
	Unhealthy	21 (10.5)	31 (15.5)	7 (5.0)	24 (12.0)	28 (14.1)	111 (11.8)	
	Very bad	0 (0)	1 (0.5)	1 (0.7)	2 (1.0)	6 (3.0)	10 (1.0)	
Meal intake (per week)	Breakfast	5.2 ± 1.1 ^{b1)}	3.9 ± 1.8 ^c	5.2 ± 1.4 ^b	5.6 ± 1.0 ^c	5.6 ± 1.3 ^c	5.1 ± 1.3	
	Lunch	6.3 ± 1.5 ^b	6.6 ± 1.7 ^{ab}	6.5 ± 1.2 ^{ab}	6.7 ± 1.0 ^c	6.0 ± 1.7 ^c	6.4 ± 1.4	
	Dinner	6.3 ± 1.7 ^{ab}	6.1 ± 1.1 ^{bc}	6.4 ± 1.4 ^{ab}	6.5 ± 1.1 ^a	5.9 ± 1.2 ^c	6.2 ± 1.4	
Reasons of skipping meal	Lack of time	70 (35.0)	62 (31.0)	49 (35.8)	72 (36.0)	59 (29.7)	312 (33.3)	97.288***
	Low appetite	33 (16.5)	29 (14.5)	18 (13.1)	18 (9.0)	44 (22.1)	142 (15.1)	
	Bothersome	31 (15.5)	43 (21.5)	21 (15.3)	20 (10.0)	35 (17.6)	150 (16.0)	
	Hard of digestion	7 (3.5)	12 (6.0)	7 (5.1)	15 (12.5)	14 (7.0)	55 (5.9)	
	To reduce body weight	6 (3.0)	16 (8.0)	11 (8.0)	28 (14.0)	10 (5.0)	71 (7.6)	
	Habitually	11 (5.5)	14 (7.0)	20 (14.6)	15 (7.5)	8 (4.0)	68 (7.3)	
	Not prepare	19 (9.5)	7 (3.5)	1 (0.8)	5 (2.5)	9 (4.5)	41 (4.4)	
Others	23 (11.5)	17 (8.5)	10 (7.3)	27 (13.5)	20 (10.1)	97 (10.4)		
Frequency of snacking (per day)	None	18 (9.0)	43 (21.5)	26 (19.0)	31 (15.5)	33 (16.6)	151 (16.1)	78.474***
	1 time	83 (41.5)	68 (34.0)	56 (40.9)	97 (48.5)	81 (40.7)	385 (41.1)	
	2 times	73 (36.5)	61 (30.5)	43 (31.4)	53 (26.5)	43 (21.6)	273 (29.2)	
	3 times	26 (13.0)	28 (14.0)	12 (8.8)	19 (9.5)	42 (21.1)	127 (13.6)	
Unbalanced diet	None	50 (25.0)	63 (31.5)	72 (52.6)	117 (58.5)	66 (33.2)	368 (39.3)	113.687***
	Somewhat	83 (41.5)	73 (36.5)	39 (28.5)	48 (24.0)	78 (39.2)	321 (34.3)	
	Moderate	55 (27.5)	37 (18.5)	20 (14.6)	27 (13.5)	52 (26.1)	191 (20.4)	
	Severe	11 (5.5)	22 (11.0)	5 (3.6)	5 (2.5)	2 (1.0)	45 (4.8)	
	Very severe	1 (0.5)	5 (2.5)	1 (0.7)	3 (1.5)	1 (0.5)	11 (1.2)	
Reasons of unbalanced diet	Taste	111 (55.5)	129 (64.5)	63 (46.0)	75 (37.5)	80 (40.2)	458 (48.9)	124.740***
	Constitution	21 (10.5)	39 (19.5)	32 (23.4)	37 (18.5)	74 (37.2)	203 (21.7)	
	Appearance	19 (9.5)	9 (4.5)	5 (3.6)	11 (5.5)	22 (11.1)	66 (7.0)	
	Never eating	30 (15.0)	11 (5.5)	25 (18.2)	38 (19.0)	8 (4.0)	112 (12.0)	
	Other	19 (9.5)	12 (6.0)	12 (8.8)	39 (19.5)	15 (7.5)	97 (10.4)	
Values of meals	Solution for hunger	32 (16.0)	54 (27.0)	23 (16.8)	17 (8.5)	29 (14.6)	155 (16.6)	84.444***
	Habitual eating	44 (22.0)	35 (17.5)	37 (27.0)	49 (24.5)	33 (16.6)	198 (22.2)	
	Intake of nutrients	98 (49.0)	61 (30.5)	46 (33.6)	93 (46.5)	95 (47.7)	393 (42.0)	
	Pleasurable taste	26 (13.0)	50 (25.0)	31 (22.6)	41 (20.5)	42 (21.1)	190 (20.2)	

1) Mean ± SD. Values with different superscripts are significantly different at α=0.05 by Duncan's multiple range test. ***: p < 0.001

21.5%가 ‘먹지않는다’로 답하였다.

편식의 정도에 대해서 전체 조사대상자의 39.3%가 편식을 하지않는 것으로 나타났는데, 30대(52.6%)와 40대(58.5%)는 ‘하지않는다’가 높은 비율을 나타낸 반면 초등학생(25.0%)과 고등학생(31.5%) 및 50대(33.2%)는 낮은 비율을 보여 상대적으로 편식을 많이하는 것으로 나타났다.

편식의 이유로는 ‘맛이 없어서’가 모든 연령층에서 가장 높은 비율(37.5%~64.5%)을 나타내었고, ‘체질에 맞지 않아서’-‘먹어 본 적이 없어서’의 순이었다.

식생활가치를 어디에 두느냐는 질문에서 모든 연령층에서 ‘영양섭취’에 가치를 두는 비율이 높게 나타났다. 고등학생은 ‘배고픔의 해결(27.0%)’에 가치를 두는 비율이 두 번째로 높았고, 30대, 40대는 ‘간단히 먹는것’에 가치를 두는 비율이 두 번째로 높게 나타나 연령별 차이를 보였다(p < 0.001). 전체적으로는 영양섭취(42.0%) -간단히 먹기(22.2%) -기호(20.2%) -배고픔의 해결(14.6%) 순이었다.

4. 패스트푸드 이용실태

패스트푸드 이용실태는 Table 4에 나타난 바와 같다. 패스트푸드 이용빈도는 ‘1달에 1~2번 정도’ 이용한다는 응답이 초등학생은 77명(38.5%), 고등학생 81명(40.5%), 30대 57명(41.6%)으로 가장 높게 나타난 반면 40대와 50대는 ‘거의 이용하지 않는다’가 각각 73명(36.5%), 97명(48.7%)으로 가장 높게 나타났다. 1주일에 한번이상 이용하는 경우가 초등학생의 41.5%, 고등학생의 40.5%, 30대 24.1%, 40대 35.0%, 50대 18.1%이었다.

패스트푸드 이용 시 1회 사용금액은 초등학생의 경우 ‘2000원~3000원’을 사용하는 비율(37.5%)이 가장 높았지만, 고등학생과 30대, 40대 및 50대는 ‘3,000원~4,000원’을 사용하는 비율이 가장 높았고, ‘2,000원~3,000원’은 두 번째 순으로 나타났다.

패스트푸드가 식사대용으로 가능한가에 대한 질문에서는 초등학생의 46.0%와 고등학생의 49.5%가 ‘가능하다’고 대

Table 4. Distribution of usage patterns of fast food restaurants

		Elementary school students	High School students	30's	40's	50's	Total	N (%)
Eating frequency	Everyday	1 (0.5)	5 (2.5)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	6 (0.6)	128.531***
	3 - 4 times/wk	5 (2.5)	5 (2.5)	0 (0.0)	6 (3.0)	1 (0.5)	17 (1.8)	
	2 - 3 times/wk	36 (18.0)	27 (13.5)	4 (2.9)	27 (13.5)	15 (7.5)	109 (11.7)	
	1 / wk	41 (20.5)	44 (22.0)	29 (21.2)	37 (18.5)	20 (10.1)	183 (19.6)	
	1 - 2 times/mo	77 (38.5)	81 (40.5)	57 (41.6)	57 (28.5)	66 (33.2)	340 (36.3)	
	Never	40 (20.0)	38 (19.0)	47 (34.3)	73 (36.5)	97 (48.7)	281 (30.0)	
Purchase price per one time (won)	Under 1,000	27 (13.5)	10 (5.0)	14 (10.2)	8 (4.0)	15 (7.5)	74 (7.9)	144.592***
	1001 - 2000	32 (16.0)	25 (12.5)	19 (13.9)	14 (7.0)	32 (16.1)	122 (13.0)	
	2001 - 3000	75 (37.5)	42 (21.0)	29 (21.2)	62 (31.0)	48 (24.1)	241 (25.8)	
	3,000 - 4,000	59 (29.5)	110 (55.0)	57 (41.6)	69 (34.5)	82 (41.2)	377 (40.3)	
	Over 4,000	7 (3.5)	13 (6.5)	18 (13.1)	47 (23.5)	22 (11.1)	122 (13.0)	
Substitutability for the meal	Possible	92 (46.0)	99 (49.5)	44 (32.1)	73 (36.5)	69 (34.7)	377 (40.3)	53.953***
	Moderate	65 (32.5)	59 (29.5)	41 (29.9)	51 (25.5)	47 (23.6)	263 (28.1)	
	Impossible	43 (21.5)	42 (21.0)	52 (38.0)	76 (38.0)	83 (41.7)	296 (31.6)	
Criteria for menu choice	Preference	59 (29.5)	82 (41.0)	74 (53.2)	72 (36.0)	79 (39.7)	366 (39.1)	117.621***
	Price	73 (36.5)	86 (43.0)	25 (18.0)	29 (14.5)	64 (32.2)	277 (29.6)	
	Companion	21 (10.5)	14 (7.0)	23 (16.5)	49 (24.5)	24 (12.1)	131 (14.0)	
	Nutrient value	20 (10.0)	6 (3.0)	8 (5.8)	26 (13.0)	7 (3.5)	67 (7.1)	
	Hygiene	10 (5.0)	4 (2.0)	3 (0.7)	13 (6.5)	9 (4.5)	39 (4.2)	
	Others	17 (8.5)	8 (4.0)	4 (2.9)	11 (5.5)	16 (8.0)	56 (6.0)	
Degree of preference	Like	145 (72.5)	123 (61.5)	23 (16.8)	20 (10.0)	29 (14.6)	340 (36.3)	346.168***
	Moderate	49 (24.5)	59 (29.5)	88 (63.2)	93 (46.5)	94 (47.2)	383 (40.9)	
	Dislike	6 (3.0)	18 (9.0)	26 (19.0)	87 (43.5)	76 (38.2)	213 (22.8)	
Major factors in visiting	Reasonable price	21 (10.5)	25 (12.5)	23 (16.8)	16 (8.0)	35 (17.6)	120 (12.8)	281.275***
	Good taste	135 (67.5)	88 (44.0)	23 (16.8)	32 (16.0)	24 (12.1)	302 (32.3)	
	Meal substitute	26 (13.0)	54 (27.0)	40 (28.8)	56 (28.0)	72 (36.2)	248 (26.5)	
	Good Nutrition	1 (0.5)	2 (1.0)	0 (0.0)	23 (11.5)	13 (6.5)	39 (4.2)	
	Children wanted	-	-	30 (21.9)	43 (21.5)	36 (18.1)	109 (11.6)	
	Others	17 (8.5)	31 (15.5)	21 (15.3)	30 (15.0)	19 (9.5)	118 (12.6)	
Total		200 (100.0)	200 (100.0)	137 (100.0)	200 (100.0)	199 (100.0)	936 (100.0)	

***: p < 0.001

답한 반면, 30대, 40대, 50대는 32.1%~36.5%만 '가능하다'고 답하였다. 조사대상자의 31.6%가 패스트푸드가 한끼 식사로 '불가능하다'고 하였으며, 연령이 증가할수록 불가능하다는 비율이 높았는데 ($p < 0.001$), 초등학생과 고등학생의 21% 정도가 '식사대용으로 불가능하다'고 응답한 반면 30대와 40대의 38.0%, 50대의 41.7%는 '불가능하다'고 대답하여 대조를 보였다.

패스트푸드의 품목을 선택할 때 기준이 되는 것으로 초등학생(36.5%)과 고등학생(43.0%)에서는 '가격'이 가장 높은 비율을 차지했고, 30대(53.2%), 40대(36.0%), 50대(39.7%)는 '기호'가 가장 높은 비율을 보여 세대 간의 차이를 나타내었다($p < 0.001$).

패스트푸드점을 이용하게 되는 이유로 초등학생(67.5%)과 고등학생(44.0%)에서 '입맛에 맞아서'가 가장 우선하는 이유이었으며 '가격이 적당해서'가 그 다음 순위(10.5%~12.5%)를 보였다. 30대 이상의 성인에서는 '식사대용(30대 29.2%, 40대 28.0%, 50대 36.2%)'이 가장 높은 비율을 보였고 그다음은 '자녀가 원해서'(18.1%~21.5%)로 응답하였다.

패스트푸드를 좋아하는 정도는 초등학생의 72.5%, 고등학생의 61.5%가 '좋아한다'고 대답한 반면, 성인들의 경우 '보통'이거나 '좋아하지 않는다'고 대답한 비율이 30대가 79.3%, 40대 80.5%, 50대 74.3%로 차이를 보였다($p < 0.001$).

5. 영양지식과 식생활태도

영양지식과 식생활태도 점수는 Table 5에 나타내었다. 영

양지식 점수는 40대가 다른 군에 비해 유의적으로 높게 나타났다으며, 초등학생이 가장 낮은 경향을 보였다. 식생활태도는 초등학생과 40대가 가장 높은 점수를 보였으며, 30대의 점수가 가장 낮았다.

조사대상자의 영양지식의 분포(Table 6)는 나이에 따른 차이를 나타내어($p < 0.001$), 40대는 '우수'가 64%를 차지한 반면 초등학생은 '우수'가 19.5%에 불과하였다. 영양지식과 식생활태도에서 '나쁨'에 해당하는 대상자는 한명도 없었다. 식생활태도의 분포를 보면(Table 6), 모든 군에서 '우수'는 가장 적은 비율을 차지하였고, ' 좋음'이 가장 많은 비율을 차지하였으며, 특히 30대는 다른군에 비해 '보통'이 가장 높은 비율을 나타내었다. 따라서 식생활태도(Table 6)는 초등학생과 40대가 가장 좋은 것으로 나타난 반면, 30대가 다른 군에 비해 낮게 나타났다.

6. 식생활태도, 영양지식, 편식정도 및 비만도가 패스트푸드 선호도에 영향 미치는 정도

조사대상자의 식생활태도, 영양지식, 편식정도 및 비만도가 패스트푸드 선호도에 어떤 영향을 미치는 지 알아보기 위해 회귀분석을 실시한 결과는 Table 7과 같다. 전체 변인들의 패스트푸드 선호도에 미치는 영향의 설명력은 26.6%로 나타났으며, 영양지식($\beta = -0.179, p < 0.001$), 비만도($\beta = 0.104, p < 0.001$), 편식정도($\beta = 0.093, p < 0.01$), 식생활태도($\beta = -0.077, p < 0.05$)의 순으로 유의한 영향을 미쳤다. 즉, 식생활태도, 영양지식 점수가 낮을수록, 비만도, 편식정도가 높을수록 패스트푸드를 선호하는 것으로 나타났다.

Table 5. Nutrition knowledge and dietary attitude score of the subjects

	Elementary school students	High school students	30'	40'	50'	Coefficient
Nutrition knowledge	14.2 ± 1.4 ^{ad}	14.5 ± 1.7 ^{cd}	14.8 ± 1.6 ^{bc}	15.9 ± 3.2 ^a	15.2 ± 2.1 ^b	0.096**
Dietary attitude	39.9 ± 4.7 ^a	37.2 ± 5.9 ^b	36.9 ± 4.9 ^c	39.5 ± 6.2 ^a	38.2 ± 4.1 ^b	

1) Mean ± SD. Values with different superscripts are significantly different at $\alpha = 0.05$ by Duncan's multiple range test.

** : $p < 0.01$

Table 6. Distribution of nutrition knowledge and dietary attitude of the subjects

		Elementary school students	High school students	30's	40's	50's	Total	N (%)	χ^2
Nutrition knowledge	Excellent	39 (19.5)	51 (25.5)	44 (32.1)	128 (64.0)	75 (37.7)	337 (36.0)	112.591***	
	Good	158 (79.0)	138 (69.0)	88 (64.2)	70 (35.0)	116 (58.3)	570 (60.9)		
	Fair	3 (1.5)	11 (5.5)	5 (3.7)	2 (1.0)	8 (4.0)	29 (3.1)		
Dietary attitude	Excellent	13 (6.5)	6 (3.0)	1 (0.7)	25 (12.5)	5 (2.5)	51 (5.4)	59.972***	
	Good	172 (86.0)	141 (70.5)	98 (71.5)	143 (71.5)	149 (74.9)	702 (75.0)		
	Fair	15 (7.5)	53 (26.5)	38 (27.8)	32 (16.0)	45 (22.6)	183 (19.6)		

***: $p < 0.001$

Table 7. Multiple regression of obesity rate, degree of unbalanced diet, nutrition knowledge and dietary attitude

Factors	Preference of fast food	
	b	β
Dietary attitude	-1.3E-02	-0.077*
Nutrition knowledge	-7.1E-02	-0.179***
Degree of unbalanced diet	9.5E-02	0.093**
Obesity rate	6.8E-03	0.104***
Constant	2.928	
R ²	0.266	
F	16.880***	

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

고 찰

본 연구대상자의 신체적 특징은 중학교 남학생을 제외하고는 전반적으로 신장은 크고, 체중은 적은 것으로 나타났다. 남자고등학생은 평균신장이 173.5 cm, 평균체중이 67.3 kg으로 우리나라 고등학교 남학생의 평균신장 173.6 cm, 평균체중 68.1 kg(Ministry of Education & Human Resources Development 2005)과, 부산시 교육청이 발표(Busan Metropolitan city Office of Education 2006)한 남자고등학생 평균신장 173.2 cm, 평균체중 68.2 kg과 비슷한 것으로 나타났다. 여자고등학생의 평균신장이 161.1 cm, 평균체중 53.1 kg으로 우리나라 여자고등학생의 평균신장 161.1 cm, 평균체중 55.8 kg(Ministry of Education & Human Resources Development 2005), 부산시 여고생 평균인 160.2 cm, 55.1 kg과 비교했을 때 신장은 비슷하였으나 체중은 낮은 것으로 조사되었다.

성인의 경우도 2005년 국민건강영양조사(Ministry of Health and Welfare 2006)에서 30대 남성의 평균신장이 171.7 cm, 평균체중 71.3 kg, 30대 여성 평균신장 159.3 cm, 체중 57.5 kg, 40대 남성 평균신장 169.1 cm, 평균체중 70.1 kg, 40대 여성 평균신장 157.1 cm, 평균체중 58.9 kg, 50대 남성 평균신장 167.7 cm, 평균체중 68.5 kg, 50대 여성 평균신장 155.4 cm, 평균체중 59.9 kg으로 나타난 것에 비해, 본 조사대상자의 신장은 약간 크고 체중은 약간 적었다. 전체 조사대상자의 비만도의 분포는 저체중 16.5%, 정상체중 54.4%, 과체중 18.7%, 비만 10.4%이었다(표로 제시하지는 않음). 2005년도 국민건강영양조사에 나타난 비만도의 분포는 30세 이상 성인에서 저체중이 3.4%, 정상 61.7%, 비만 34.9%로 본 조사결과보다 저체중은 적고 비만이 많은 결과를 보였는데, 이는 비만도 산출 방식의 차이와 조사대상자가 다르기 때문인 것으로 사료된다.

Lee 등(2006)은 40, 50대의 성인의 아침결식이 1.6회

로 본 연구결과와 비슷한 보고를 하였고, Jeong과 Kim(2001)은 서울시내 고등학생을 대상으로 한 연구에서 아침을 매일 거르는 비율이 15.8%, 한번도 거르지 않는 비율이 남학생은 38%, 여학생은 25.3%라고 보고하면서 청소년의 성장발달을 위해서는 제때에 규칙적으로 적당량을 섭취하도록 하기위한 교육이 필요하다고 지적한 바 있다. Jin(2001a)은 김천지역의 성인을 대상으로 한 조사에서 30대중 아침식사를 하는 비율이 76.3%, 40대는 80.1%로 본 연구와 비슷한 비율을 나타내었으며 연령이 증가할수록 아침식사를 거르는 사람의 비율이 줄어들었다고 보고한 바 있는데, 본 조사결과에서는 고등학생의 아침결식율이 44.3%, 30대는 25.7%, 40, 50대는 20%로 줄어들긴 하였지만 아침식사 결식율이 높은 것을 알 수 있었다. 서울지역 중상류층 성인을 대상으로 한 연구(Chang 1996)에서는 아침 결식율이 33%로 매우 높게 보고된 바 있다. 2005년도 국민건강영양조사에서는 초등학교의 아침결식율이 8.2%, 청소년이 23%, 30, 40대가 17.2%, 50대 이상이 6.7%로 나타났는데, 결식 이유로는 ‘늦잠을 자거나 시간이 없어서’가 가장 높은 비율을 차지하였고, ‘습관이 되어서’가 그다음이었으며, 초등학교와 50~64세의 성인의 경우 ‘식욕이 없어서’가 높은 비율을 차지한 것으로 보고되었다.

우리는 전통적으로 아침을 매우 중요한 식사로 여겨왔고, 아침을 결식했을 때 정신활동, 운동능력 등 신체기능이 저하되기 쉽다는 점을 간과해서는 안된다. 아침식사의 유무는 정신활동과 밀접한 관계가 있으며, 아침의 결식은 점심식사 전까지의 공복을 메우기 위해 간식의 과다섭취, 과식유발 등으로 비만이나 위장병, 변비 등을 초래하게 된다(Yperman & Vermeersch 1979). 아침을 결식하면 나머지 두끼를 아무리 잘먹는다 해도 부족했던 영양소를 모두 보충하기 어려우므로 아침을 중요성이 강조되어야 할 것이고, 간편한 아침식단의 개발, 보급도 필요한 것으로 생각된다.

아침식사를 규칙적으로 하는 학생이 신체적, 정신적으로 더 건강하며(Kim 2001), 아침결식은 불안과 같은 정서적인 문제, 공격성, 비만 등과 관계가 있는 것이라고(Kim 1999) 보고되고 있으므로, 무엇보다 청소년에게 아침식사의 중요성을 인식시키고, 규칙적인 아침식사습관을 형성시키기 위한 체계적인 교육이 필요하다고 사료된다.

간식섭취를 보면, 2005년도 국민건강영양조사(Ministry of Health and Welfare 2006)에서는 조사대상자의 44.1%가 ‘하루 1회’의 간식을 섭취한다고 응답하여 본 조사와 비슷한 결과를 보였지만, ‘거의 안한다’라고 응답한 경우는 28.8%로 나타났는데, 이는 65세 이상의 노인에서 55.6%로 높게 나타났기 때문에 본 조사결과와는 다소 차이

가 나는 것으로 생각된다. 영양적인 고려가 없는 맛과 기호에 치중한 간식 섭취는 지양될 수 있도록 식품의 선택과 건강에 관련된 영양교육이 뒷받침되어야 한다고 본다

본 조사에서는 전체 대상자의 39.3%가 편식을 하지 않는 것으로 나타났고, 초등학생의 25.0%, 고등학생의 31.5%가 ‘편식을 하지않는다’고 답하였지만, Jeong & Kim(2001)의 서울시내 고등학생을 대상으로 한 연구에서는 43%의 조사대상자가 ‘편식을 하지않는다’고 답하였다. Kim & Rha(2005)는 서울지역 초등학생들의 식행동 양상연구에서 ‘편식을 하지않는다’고 답한 비율이 16.7%이었다고 보고하였고, Lee(2004)는 광주지역 6학년을 대상으로한 조사에서 43.0%가 편식을 하지않는다고 보고하여, 지역과 시기에 따른 편차가 높음을 보여주었다.

편식의 이유로 ‘맛이 없어서’가 높은 비율(48.9%)을 나타내었는데, Kim & Rha(2005)도 조사대상자의 64.0%가 편식이유로 ‘맛이 없어서’로 꼽았다고 하였다. 우리나라는 경제발전과 세계화로 다양한 식품을 접하고 있는 상황이므로, 바람직한 식품을 선택하여 섭취할 수 있도록 다양한 조리법 및 메뉴의 개발이 모색되어야 할 것으로 보이며, 초등학생의 경우 ‘먹어 본 적이 없어서’가 15.0%를 나타낸 것을 보면 어린시절부터 다양한 식품을 접해볼 수 있는 기회를 가정이나 학교에서 제공할 필요가 있다고 하겠다.

본 연구대상자 가운데 고등학생은 ‘배고픔의 해결(27.0%)’에 식생활의 가치를 두는 비율이 높고, 30, 40대 성인은 ‘습관적으로 간단히 먹는 것’에 높은 비율을 두는 것은, 식생활의 중요성을 간단히 먹거나 배고픔을 해결하는 정도로 가볍게 생각하고 있는 사람이 많음을 보여주는 것으로, 식생활에 대한 가치관이 식행동 형성에 중요한 역할을 한다(Kim 등 1992)는 점에서 영양교육의 필요성을 시사한다고 하겠다. 가치는 개인의 행동에 영향을 미치고 경험으로부터 형성되는데, 식품에 대한 가치 구조도 사회, 문화, 경제의 발달과 함께 생리적 욕구, 안전의 욕구, 건강 향상의 욕구, 즐거움의 욕구로 변화되어가고, 식행동도 식생활에 대한 가치관에 따라 달라진다(Kim 등 1992). Kim 등(1992)은 한국인에게는 식생활에 대한 관심도나 교육수준, 정신건강상태 및 식생활에 대한 가치관이 식행동 형성에 유의적인 영향을 주며, 이 가운데 가치관이 가장 큰 영향을 주고 있으므로 올바른 가치관 정립이 우선되어야 함을 강조한 바 있다.

본 조사대상자의 패스트푸드 섭취빈도는 서울시내 고등학생을 대상으로 한 조사(Jeong & Kim 2001)와 청주지역 중학생을 대상으로 한 조사(Kim & Park 2005)에서 ‘한달에 1~2번 정도 이용한다’가 가장 빈도가 높은 것과 동일한 결과이다. Kim 등(1996)의 편 의식품 이용자들을 대상으

로 이용횟수를 조사한 결과 연령이 증가할 수록 이용율이 낮다는 보고, Kim(2003)의 패스트푸드 섭취빈도는 연령과 음의 상관관계를 나타내었다는 보고와 본 조사결과가 일치하였는데, 초등학생의 20.0%, 고등학생의 19.0%는 패스트푸드를 거의 이용하지 않은 것으로 나타났다. 패스트푸드를 자주 이용하는 경우 입맛의 서구화, 음식 맛의 획일화를 가져올 수 있는 등의 문제점도 지적된 바 있다(Sim & Kim 1993; Kim 2003).

패스트푸드가 처음 들어왔을 때 이용 중심층이었던 10대가 지금은 30대가 되었으므로 소비자층의 범위가 확대된 것으로 보이며, 이런 추세로 가면 40대, 50대로 까지 소비자층의 범위가 확대될 수 있으므로, 패스트푸드 이용의 절제, 패스트푸드 이용에 영향을 미칠 수 있는 요인을 파악한 식생활관리 교육의 필요성이 절실하다. 패스트푸드 섭취 시 염분의 과잉섭취, 채소 섭취부족, 열량과 지방의 과다섭취 등 영양적 문제에 대한 정보를 적극적으로 제공하는 것은 물론, 패스트푸드의 맛, 포만감, 간편성 등을 대체할 수 있는 방안이 연구, 제시되어야 할 것이다.

패스트푸드가 한끼 식사 대용으로 불가능하다고 생각하는 비율이 높은 것을 보면(전체의 31.6%) 간식으로 먹는 경우가 많다는 것인데, 대부분의 패스트푸드가 열량으로는 한끼 식사가 충분히 되는 음식이므로, 에너지 과잉섭취로 인한 건강상의 문제가 발생할 가능성을 가지고 있다고 하겠다.

패스트푸드 메뉴 선택 시 초등학생과 고등학생은 ‘가격’을 기준으로 하는 비율이 가장 높았고, 30대 이상 성인은 ‘기호’에 가장 높은 비율을 보였다라는 것은 연령이 적을수록 한 달 용돈이 적으므로 ‘가격’이 음식선택을 좌우하는 큰 요인이 됨을 알 수 있다. Park 등(1999)의 연구에서는 10대, 20대, 30대 및 50대에서 외식을 할 때 ‘맛’을 1순위로 고려하는 것으로 나타난 바 있고, Lee (2004)는 패스트푸드를 선호할 수록 ‘맛’에 치중한다고 보고하였다. 올바른 식습관을 위해 맛보다는 영양소균형을 고려한 식품을 선택할 수 있도록 지도하여야 할 것으로 생각된다. 패스트푸드는 저가격과 신속성을 기본으로 하여 일정한 품질 유지와 서비스, 위생을 강조하지만 실제 소비자들은 가격이 저렴한 편이 못되며, 가격에 불만이 있다고 응답한 대상자도 전체의 46.1%가 된다는 보고(Kim 등 1996)도 있다.

30대~50대의 경우 동행인과 동일한 메뉴를 고르는 경우도 높은 비중을 차지하는 것으로 나타났는데, 30대 이상 성인들은 스스로는 식사대용이 된다고 생각하는 비율이나 좋아하는 비율이 낮지만, 자녀가 원할 때 패스트푸드점을 방문하는 경우가 많은 것과 관련이 있는 것으로 생각된다. 패스트푸드는 열량은 한끼 식사 이상되지만 비타민과 무기질은

부족하며 트랜스지방과 염분의 함량이 높은 문제점을 제대로 인식시킴으로써, 외식 시 영양소가 골고루 들어있는 음식을 선택할 수 있는 안목을 길러줄 수 있는 교육이 필요하다고 생각된다. 패스트푸드는 동물성식품과 탄산음료가 주종을 이루고 있어 동물성지방과 당질섭취에 편중되고 영양면에서 균형적이지 못하므로 비만과 성인병 발생요인이 될 수 있다는 점에서 섭취에 대한 올바른 교육이 요구된다.

Lee(2004)는 광주지역 초등학교 6학년을 대상으로 한 조사에서 67.6%가 패스트푸드를 좋아한다고 보고하면서, 패스트푸드가 영양가가 높지않고 건강에 도움이 되지않으며, 안전하지 않으나, 매우 맛있고 배고픔해소에 도움을 주며 친숙하다고 인식하고 있다고 하였다. 건강에 부정적이라고 인식하면서도 맛있다고 인식하는 것은 음식의 기본 속성인 기호성을 무시할 수 없음을 나타내므로 어릴 때부터의 올바른 식습관 확립이 얼마나 중요한가를 시사한다고 하겠다.

본 연구대상자의 영양지식 점수와 식생활태도 점수는 정의 상관을 보였는데($r = 0.096$), Lee(2003)는 중고등학생을 대상으로 한 연구에서 영양지식과 식생활태도가 정의 상관을 보였다고 하였고, 탁아기관 원아를 대상으로 한 연구(Yang 등 1993), 주부를 대상으로 한 연구 등에서도 영양지식과 식생활태도 간에 유의적인 상관을 나타내었다는 보고가 있다. Perron & Endres(1985)는 영양에 대하여 이해하고 있으면 바로 식행동으로 옮길 수 있다고 하였으며, Kang 등(1992)도 영양에 대한 태도는 영양지식과 유의적인 상관관계를 가지므로 교육에 의해 행동이 긍정적으로 바뀔 수 있다고 한 바 있다. 영양교육을 시행한 결과 증가된 영양지식이 식생활에 크게 영향을 미칠 수 있었다는 것은 정확한 지식의 습득으로 좋은 식생활태도가 확립될 수 있는 계기 제공의 중요성을 시사한다고 하겠다. 반면 비만아동을 대상으로 한 연구(Kim & Kim 1996)에서는 영양지식과 식생활태도 간에 유의적인 상관관계가 없다고 하였으며, Jin(2001)은 여학생은 유의적인 상관관계가 있으나, 남학생은 상관관계가 없다는 보고도 있다.

본 연구대상자의 식생활태도, 영양지식, 편식정도 및 비만도가 패스트푸드 선호도에 미치는 영향을 알아보기 위한 회귀분석에서 식생활태도, 영양지식 점수가 낮을수록, 비만도, 편식정도가 높을수록 패스트푸드를 선호하는 것으로 나타났는데, Kim 등(2004)도 영양지식이 낮을수록 패스트푸드를 자주 이용한다는 보고를 하였고, Kim(2003)은 영양지식 수준이 높을 때 편의식품의 섭취 빈도가 낮은 경향을 보였다는 보고를 한 바 있다. Lee(2004)도 초등학교 6학년생을 대상으로 한 조사에서 패스트푸드 선호군이 비선호군에 비해 편식이 심한 것으로 나타났다고 하였다. Moon 등

(1998)도 대학생을 대상으로 한 연구에서 식행동 점수가 낮을수록 편의식품을 자주 이용하는 비율이 높았다고 보고하였다. Lee 등(2001)은 대학생을 대상으로 한 연구에서 영양지식 수준이 높은 군에서 채소류 섭취가 유의적으로 높고, 영양지식 수준이 낮은 군은 탄산음료를 자주 섭취하고 있었다고 하였다. Reinstein 등(1992)은 영양지식이 높은 군은 채소류를 자주 섭취하고, 영양지식이 낮은 군은 가공식품의 섭취빈도가 높아 서로 식품 섭취 패턴이 다름을 알 수 있었다고 한다.

Kim 등(2004)은 패스트푸드를 자주 이용하는 경우 에너지나 지질을 과잉 섭취하기 쉽고 비만 등 성인병이 발병할 가능성이 높을 수 있다고 하였는데, 본 연구에서도 비만도가 높을수록 패스트푸드를 선호하는 것으로 나타났다. 패스트푸드는 특히 동물성 식품과 음료가 주종을 이루고 있어, 동물성 지방과 에너지 섭취에 편중되고 영양면에서 균형적이지 못하여 비만과 성인병 발생 요인이 될 수 있으므로, 패스트푸드의 섭취에 대한 올바른 교육이 요구된다.

본 연구는 다양한 사회과학적 변인들이 작용할 수 있는 주제이므로 저자가 선택한 변인들이 패스트푸드 선호도에 미치는 영향의 설명력이 26.6%로 나타났다고 생각되며, 보다 다양한 변인들을 고려하여 본 주제와 접목된 후속연구가 진행되어야 할 것으로 사료된다.

요약 및 결론

초등학생, 고등학생, 30대, 40대, 50대 등의 연령별 패스트푸드 이용실태를 비교함으로써 세대 간의 패스트푸드 이용 경향을 알아보고 이를 바탕으로 외식문화의 올바른 지도와 바람직한 식생활방향을 설정하는데 도움을 주고자 부산 시내에 소재하는 초등학교와 고등학교를 12개교씩 선정하여 6개교는 학생을 대상으로, 6개교에서는 학부모를 대상으로 설문조사를 실시하였고, 4개의 대학에서 학부모를 대상으로 설문조사를 실시하였다. 설문지법을 이용하여 2006년 10월 15일부터 11월 15일까지 실시한 결과는 다음과 같다.

초등학생(41.0%)과 40대(43.0%)가 자신을 '건강'하다고 생각하는 비율이 다른 연령대에 비해 높았으며($p < 0.001$), 고등학생, 30대, 50대는 자신의 건강상태가 '보통'이라고 생각하는 비율이 높게 나타났다. 1주일동안 아침식사 횟수는 고등학생군이 3.9회로 가장 낮았고, 40대가 5.6회로 가장 높았다. 1일 간식섭취 횟수는 모든 연령층에서 '1회'가 가장 높게 나타났으며(41.1%), 전체의 83.9%가 간식을 하는 것으로 나타났다. 초등학생의 경우는 '먹지않는다'가 18명(9%)으로 가장 낮은 비율을 나타낸 반면, 다른

그룹은 15.5%~21.5%가 ‘먹지않는다’로 답하였다. 전체 조사대상자의 39.3%가 편식을 하지않는 것으로 나타났는데, 30대(52.6%)와 40대(58.5%)는 ‘하지않는다’가 높은 비율을 나타낸 반면 초등학생(25.0%)과 고등학생(31.5%) 및 50대(33.2%)는 낮은 비율을 보여 상대적으로 편식을 많이하는 것으로 나타났다. 식생활가치를 어디에 두느냐는 질문에서 모든 연령층에서 ‘영양섭취’에 가치를 두는 비율이 높게 나타났으나, 고등학생은 ‘배고픔의 해결(27.0%)’에 가치를 두는 비율이 두 번째로 높았고, 30대, 40대는 ‘간단히 먹는것’에 가치를 두는 비율이 두 번째로 높게 나타나 연령 별 차이를 보였다($p < 0.001$). 패스트푸드 이용빈도는 ‘1달에 1~2번 정도’ 이용한다는 응답이 초등학생은 77명(38.5%), 고등학생 81명(40.5%), 30대 57명(41.6%)으로 가장 높게 나타난 반면 40대와 50대는 ‘거의 이용하지 않는다’가 각각 73명(36.5%), 97명(48.7%)으로 가장 높게 나타났다. 1주일에 한번이상 이용하는 경우가 초등학생의 41.5%, 고등학생의 40.5%, 30대 24.1%, 40대 35.0%, 50대 18.1%이었다. 패스트푸드 이용 시 1회 사용금액은 초등학생의 경우 ‘2000원~3000원’을 사용하는 비율(37.5%)이 가장 높았지만, 고등학생과 30대, 40대 및 50대는 ‘3,000원~4,000원’을 사용하는 비율이 가장 높았고, ‘2,000원~3,000원’은 두 번째 순으로 나타났다. 조사대상자의 31.6%가 패스트푸드가 한끼 식사로 불가능하다고 하였으며, 연령이 증가할수록 불가능하다는 비율이 높았다($p < 0.001$). 패스트푸드의 품목을 선택할 때 기준이 되는 것은 초등학생(36.5%)과 고등학생(43.0%)은 ‘가격’이 가장 높은 비율을 차지했고, 30대(53.2%), 40대(36.0%), 50대(39.7%)는 ‘기호’가 가장 높은 비율을 보여 세대간의 차이를 나타내었다($p < 0.001$). 식생활태도와 영양지식 점수가 낮을수록, 비만도와 편식정도가 높을 수록 패스트푸드를 선호하는 것으로 나타났다. 이상의 결과로 미루어 식생활태도를 증진시키고, 영양지식을 함양시킴으로써 음식을 선택할 때 영양적인 균형을 고려해서 선택하며, 낮추고, 자신의 식생활을 관리할 수 있는 능력을 갖출 수 있도록 도와줄 수 있는 체계적인 영양지도 프로그램의 개발 및 실시가 필요하다고 생각된다. 더불어 서구의 패스트푸드를 그대로 수용하기 보다는 우리 실정에 맞으며 우리 음식의 장점을 살린, 전통음식의 패스트푸드화를 위해 힘을 기울여야 할 것으로 사료된다.

감사의 글

본 연구는 2007년도 고신대학교 교내연구비 지원에 의해 수행된 것이며, 이에 깊은 감사를 드립니다.

참고 문헌

- Appledorf H, Kelly LS (1979): Proximate and mineral content of fast foods. *J Am Dietet Assoc* 74: 35-49
- Busan Metropolitan city Office of Education (2006): 2006 Physical characteristics of the students.
- Chang NS (1996): Changes in dietary habits of adults with middle and upper income levels in Seoul. *Korean J Nutr* 29(5): 547-558
- Jeong EY, Lim YH, Park MS, Kim MW (2002): A survey of the consumption of convenience foods. *Korean J Comm Nutr* 7(2): 149-155
- Jeong JH, Kim SH (2001): A survey of dietary behavior and fast food consumption by high school students in Seoul. *Korean J Home Econ* 39(10): 111-124
- Jun YH (2001a): Dietary behaviors of adults in Kimcheon city. *Korean J Diet Culture* 16(1): 43-57
- Jun YH (2001b): The study on dietary habits, dietary behaviors and nutrition knowledge of middle school students in the small city. *J Korean Diet Assoc* 7(4): 320-330
- Kang MH, Song EJ, Lee MS, Park OJ (1992): Effect of nutrition education program on nutrition behavior of housewives in a low-income urban area. *Korean J Nutr* 25(2): 162-178
- Kim EK (2001): Eating behaviors and nutrition related problems in Korean Children. *Korean J Comm Nutr* 6(5): 905-920
- Kim HA, Kim EK (1996): A study on effects of weight control program in obese children. *Korean J Nutr* 29(3): 307-320
- Kim HK (1996): Fast food consumption patterns of college students in Ulsan. *Korean J Diet Culture* 11(1): 131-141
- Kim HY, Choi SH, Ju SU (1996): A survey of the behaviors on fast food restaurants. *Korean J Diet Culture* 11(1): 71-82
- Kim JW, Shin EM, Moon EH (2004): A study on fast food consumption, nutritional knowledge, food behavior and dietary intake of university students. *J Korean Diet Assoc* 10(1): 13-24
- Kim KH (2003): 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 Comm Nutr* 8(2): 181-191
- Kim KN, Park EJ (2005): Nutrient density of fast-food consumed by the middle school students in Cheongju city. *Korean J Comm Nutr* 10(3): 271-280
- Kim KW, Ahn Y, Kim HM (2004): Fast food consumption and related factors among university students in Daejeon. *Korean J Comm Nutr* 9(1): 47-57
- Kim SH (1999): Children's growth and school performance in relation to breakfast. *Korean J Diet Assoc* 5(2): 215-224
- Kim YS, Rha YA (2005): A study for dietary behaviors of elementary school students in Seoul by Gender. *Korean J Culinary Res* 11(4): 77-91
- Lee JS (2003): The effects of gender, obesity rate, nutrition knowledge and dietary attitude on the dietary self-efficacy of adolescents. *Korean J Comm Nutr* 8(5): 652-657
- Lee JS, Jeong EJ, Jeong HY (1996): Nutrition survey in the low income area of Pusan. *J Korean Soc Food Nutr* 25: 199-204

- Lee JS, Yun JW (2003): A study on perception about body image, dietary attitude, dietary self-efficacy and nutrient intake of high school students in Busan. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 32(2): 295-301
- Lee KH, Hwang KJ, Her EL (2001): A study on body image recognition, food habits, food behaviors and nutrient intake according to the obesity index of elementary children in Changwon. *Korean J Comm Nutr* 6(4): 577-591
- Lee MS, Lee JW, Woo MK (2001): Study on the factors influencing food consumption by food frequency questionnaire of university students in Taejon. *Korean J Comm Nutr* 6(2): 172-181
- Lee SS (2004): A study on dietary behavior of children according to their preferences for fast food. *Korean J Comm Nutr* 9(2): 204-213
- Lyu ES, Lee KA, Yoon JY (2006): The fast foods consumption patterns of secondary school students in Busan area. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 35(4): 448-455
- Ministry of Education & Human Resources Development (2005): Physical characteristics of the students.
- Ministry of Health and Welfare (2006): 2005 National health and nutrition survey report.
- Moon SJ, Yoon HJ, Kim JH, Lee YA (1998): A study on the perception and consumption pattern of convenience foods by Korean college students. *Korean J Dietary Culture* 13(3): 227-239
- Park JW, Ahn SJ (2001): A comparative study on Korean's dining-out behaviors classified by age and gender. *Korean J Diet Culture* 16(4): 276-295
- Park MR, Kim SH, Wi SU (1999): The consumption patterns of fast food in small cities. *Korean J Diet Culture* 14(2): 139-146
- Perron M, Endres J (1985): Knowledge, attitudes and dietary practices of female athletes. *J Am Diet Assoc* 85: 573-579
- Reinstein N, Koszewski WM, Chamberlin B, Johnson CS (1992): Prevalence of eating disorders among dietetics students: Does nutrition education make a difference? *J Am Diet Assoc* 92(8): 949-953
- Ries CP (1975): How nutritious are fast food meals? *Consumer Rep* 40: 278-289
- Ries CP, Kline K, Weaver SO (1987): Impact of commercial eating on nutrient adequacy. *J Am Diet Assoc* 87: 463-468
- Shin AS, Roh SB (2000): Fast food consumption patterns of college students in Busan. *Korean J Diet Culture* 15(4): 287-293
- Sim KH, Kim SA (1993): Utilization state of fast-foods among Korean youth in big cities. *Korean J Nutr* 26(6): 804-811
- Skinner JD, Salvetti NN, Ezell JM (1985): Apalachian adolescents' eating patterns and nutrient intakes *J Am Diet Assoc* 85: 1093-1108
- Yang IS, Kim EK, Chai IS (1993): The development and effect evaluation of nutrition education program for preschool children in child-care centers. *Korean J Nutr* 28(1): 61-70
- Yperman AM, Vermeersch JA (1979): Factors associated with children's food habits. *J Nutr Educ* 11(2): 72-76