

대학생의 LOHAS 성향이 건강메뉴추구, 건강식행동에 미치는 영향

오 영 섭¹ · 이 순 애¹⁾

경주대학교 외식·조리학전공¹, 영남대학교 식품외식학부¹⁾

A Study on the Effect of LOHAS Trends on Healthy Menu and Healthful Dietary Behavior

Young-Sub Oh¹, Soon-Ae Lee¹⁾

Dept. of Foodservice Management and Culinary, Gyeongju University¹⁾
Dept. of Foodservice Industry, Yeungnam University¹⁾

Abstract

The purpose of this study is to research the relationships among LOHAS trends, healthy menu and healthful dietary behavior of university students as one of the performance variables. For this research, sample group was composed of the university students in Daegu & Gyeongbuk areas. The study required the analysis derived from a hypothesis, literature reviews and data collected. It used SPSS 14.0 from 626 university students. First, LOHAS trends was found to have positive effects on healthy menu and reusing had only positive effects on nutrition elements and nutritional value. On the other hand, durability was found not to affect nutrition elements and nutritional value significantly. Second, reusing and durability were found to have significant effects on healthful dietary behavior. Third, nutrition elements and nutritional value were found to have positive effects on healthful dietary behavior. Based on the results of this study, it is suggested that food industry managers should pay particular attention on the eating behavior of university students in developing healthy menu.

Key words : LOHAS trends, healthy menu, dietary behavior.

I. 서 론

인간의 평생 식습관이 형성되는 시기를 16~20세로 볼 때 개인의 식습관은 사춘기 이전에는 비교적 쉽게 변화가 이루어지나, 연령이 증가할수록 변화가 어려우므로, 대학생의 식생활 정도는 기성세대의 식생활 양식을 반영할 뿐만 아니라 다음 단계인 성인기에 습관으로 형성될 식생활

태도를 가장 잘 나타낸다고 볼 수 있다(Park 2004). 일반적으로 식생활은 기후, 토양 등의 지리적 요인, 경제 수준, 직업 등의 사회 경제적 요인 이외에도 체격, 체형에 대한 인식, 건강에 대한 지식 등의 다양한 요인에 의해 영향을 받는다. 특히 대학생은 체중에 대한 관심이 남녀 모두 매우 많은 시기로 인해 식생활에 많은 영향을 받을 수 있다(Lee et al. 1998). 대학생은 신체적, 정신적, 사회

적으로 청소년기에서 청년기로 넘어가는 과도기에 있으며, 신체 발달에 따른 고른 영양 섭취가 필요함에도 불구하고 이들 대부분은 부모의 통제와 보호 속에서 생활을 하다가 대학생이 되면서 집을 떠나 기숙사나 자취 하숙 등과 같은 갑자기 자유로워진 생활방식의 변화에 따른 불규칙한 식사, 불균형한 영양의 섭취 등으로 신체적인 면은 물론 심리적 건강상태에도 좋지 않은 영향을 주게 된다. 그리고 부모님과 함께 살더라도 시간적으로나 제도적으로 훨씬 자유로워져 학업 이외에 다양한 활동과 모임 등에 참석하는 등 불규칙한 생활과 외식이나 음주의 기회도 많아져 식생활에 커다란 변화를 겪게 됨으로 대학생 시기에 식품 섭취의 중요성을 인식하는 식습관 형성과 생활습관을 개선함으로써 평생 건강한 삶을 살아가는 밑거름이 될 수 있다(Lee & Byun 1992; Lee 1999; Lee & Kwak 2006).

웰빙(well-being)이란 나를 중심으로 건강하고 행복한 삶을 추구하는 포괄적인 개념으로 건강생활양식의 추구하고 함께 삶의 만족을 통해서 감정적 반응인 행복에 이르게 하는 요소들이다. 즉, 행복한 삶의 만족을 추구하는 웰빙은 인간이 살아가는 방향과 육체적·정신적 건강의 조화를 이루는 라이프스타일이나 문화를 의미한다(Cho et al. 2006). 1990년대 이후 구미에서는 채식주의, 생태주의와 같이 친건강, 친환경성을 지향하는 사회 대안운동에 근원으로 최근 확산되고 있는 슬로우푸드운동, 미국의 로하스, 영국의 Dawn Shifter 족의 생활 패턴도 웰빙과 유사한 개념으로 볼 수 있다(Park et al. 2005). 웰빙이 나와 가족의 건강을 중시하는 기본적인 욕구로서 폭넓은 대중성을 가지고 있으나, 이에 대한 새로운 소비 트렌트로 LOHAS (lifestyle of health and sustainability)라는 새로운 라이프스타일이 부상하고 있다.

LOHAS는 웰빙과는 달리 자신의 건강뿐만 아니라 후대에 물려 줄 지속 가능한 소비 기반을 생각하는 소비 패턴으로, 환경적인 토대 위에서 사회, 경제적인 소비 생활로 다음 세대가 건강하고

풍요로운 삶을 누릴 수 있도록 배려하는 현명한 소비자들의 라이프스타일을 의미한다(KOTRA 2005). 이와 같이 우리 모두를 위한 건강, 환경, 사회정의, 자기발전과 지속가능한 삶에 가치를 두는 소비 집단의 생활방식을 의미하는 LOHAS는 우리 모두와 나아가 세상을 그리고 미래의 우리 모두의 행복한 삶을 위해 지속가능한 이라는 단어를 함축적으로 내포하고 있다. 이는 건강과 환경을 해치지 않는 생활스타일로 후대에 물려 줄 소비기반의 지속가능성에 대한 인식과 함께 인류의 새로운 가치관을 요구하고 있다.

대학생이 되면 밖에서의 생활이 많아지면서 부모의 통제를 벗어나 생활의 불규칙해지게 되고, 대학생을 포함한 20대는 젊기 때문에 건강에 대한 관심이 적으며 식사를 통한 균형 잡힌 영양 섭취의 중요성을 잘 인식하지 못하는 경우가 많다(Ko 2007). 대학생의 건강과 관련한 연구로는 건강관련 식습관(Lee et al. 1998; Kim et al. 2002; Oh & Lee 2006), 영양 섭취와 건강관련생활습관(Song & Kim 2003), 운동동기와 심리적 웰빙(Yang et al. 2007) 등이 있으나, 대학생들의 사회적 웰빙에 따른 건강식행동에 관한 연구는 일천하다.

따라서 본 연구에서는 신세대 대학생들이 지각하는 사회적 웰빙인 LOHAS 성향이 건강메뉴, 건강식행동에 미치는 영향관계를 파악하기 위해 외식소비자의 LOHAS 성향이 건강외식지향과 건강메뉴 주문행동에 미치는 영향(Kwon et al. 2007)을 참고로 대학생들이 지각하는 건강메뉴, 건강식행동의 영향관계를 탐색적으로 접근하여 이들 간의 관계를 확인하고, 미래 소비의 주역인 대학생들의 LOHAS 성향과 건강메뉴에 대한 가설적 틀을 제시하고자 한다.

II. 이론적 배경

1. 로하스(LOHAS)

로하스(LOHAS: Lifestyle Of Health And Sustainability)는 미국의 컨시어스 미디어(conscious media)

의 마케터들에 의해 고안된 용어로서 이는 지속 가능성과 건강을 염두에 두고 살아가는 사람들의 라이프스타일을 의미한다(Steve & Gwynne 2005). LOHAS는 ‘삶의 질’ 향상이라는 측면에서는 웰빙과 같은 개념으로 볼 수 있으나, 웰빙은 다분히 개인적인 삶의 질 향상을 위한 소비활동으로 웰빙이 행복하고 만족한 삶, 그리고 조화롭고 건강한 삶에 중점을 두는 반면, LOHAS는 지속가능한 소비에 기반을 두고 환경을 고려한 사회의 건강과 행복을 추구하는 소비로 웰빙 소비와는 확실히 차이를 보인다(Jeon & Yoon 2005; Yoo 2006; Kang 2006).

LOHAS 소비자는 자신의 이념에 부합하는 상품은 적극 구매하고, 그렇지 않으면 본인의 구매 거부뿐만 아니라 다른 사람에도 영향을 미치는 적극적인 행동을 표출한다. 즉, 웰빙이 개인적 건강한 삶을 추구하는 이기적 생활 패턴이라면 LOHAS는 사회적 책임을 추가한 이타적 소비 및 생활 패턴이라고 할 수 있다(KOTRA 2005). 물론 국내의 웰빙 소비문화와 미국의 소비문화와는 분명 차이가 있지만 건강과 삶의 질을 우선시하는 기본 개념은 같기 때문에 국내의 웰빙 소비자의 대중화에 있어서 LOHAS가 웰빙보다 더 상위의 개념의 트렌드 또는 웰빙 소비자와 LOHAS 소비자의 두 집단이 동시에 자리 매김 할 것이 분명하다(Lee 2005).

오늘날 많은 학자들은 인간의 생활에서 삶의 질을 향상시키기 위해서는 스스로 자신의 삶의 질 향상에 적용할 수 있는 지식의 필요성을 지적 하였으나, 이러한 웰빙과 LOHAS의 대중화는 건강과 삶의 질에 대한 사회적 인식을 빠른 속도로 확산시킨다는 긍정적인 기능이 있는가 하면 건강과 삶의 질에 대한 문제를 상업주의 미디어의 개입으로 검정되지 않은 정보에 따른 혼란 야기, 압박에 가까운 건강에 대한 관심의 확산, 건강에 영향을 미치는 다양한 환경과 사회적인 조건에 대한 이해의 부족 등 개인의 소외 현상 및 이기적 건강주의 확산을 우려하기도 한다. 따라서 웰빙과 LOHAS를 앞세운 무분별한 상업주의는 소비

를 조장하고 계층 간의 위화감을 조성하는 등 왜곡된 현상으로 오히려 건강과 사회의 안녕을 저해하는 위험 요인이 될 수도 있다는 점에서 우리 사회의 LOHAS에 대한 학문적인 논의와 검증의 필요하다고 하였다(Kim 2006).

이와 같이 웰빙과 LOHAS에 대한 논의와 검증의 필요성에도 불구하고 21세기 대표적인 사업으로 부각하고 있다는 사실에는 많은 학자들이 동의하고 있으며, LOHAS와 관련된 연구들은 LOHAS 지향행동을 다룬 연구(Chang & Kim 2004; Chung 2005; Kim & Chun 2007; Kwon et al. 2007)와 LOHAS 지향행동을 하나의 문화현상으로 다룬 연구(Lee 2005; Joo 2007; Song 2007)가 있으나, 아직 이들 대부분은 탐색적 연구단계에 머무르고 있는 것으로 나타났다.

2. 건강메뉴

인류에게 사회·문화적 요소가 중요한 것과 마찬가지로 건강과 웰빙에서는 건강메뉴의 소비가 가장 중요한 역할을 한다고 할 수 있을 것이다. 오늘날 노령인구의 증가에 따른 사회적인 노동력의 구조변화로 인한 장수에 노력을 기울이는 것 보다는 건강할 때 더욱 건강에 유의하기 위하여 건강메뉴에 대한 음식소비의 확대(Shepherd 2001)와 웰빙에 대한 소비자 인식의 변화는 정크푸드(junk food)의 대명사로 인식되고 있는 패스트푸드 시장에 변화의 물결을 일으키며, 저칼로리 저지방 등을 내세운 새로운 메뉴를 경쟁적으로 개발하여 건강 외식메뉴 대열에 합류하고 있다(서울경제신문 2003). 건강식품이란 식품에 통상 함유되어 있는 성분 중 인체에 좋은 부분을 적극적으로 활용하는 것을 목적으로 제조된 화학적 합성물을 함유하지 않는 식품으로서, 최근에는 건강기능성 식품이 중요한 카테고리가 되었다(Son & Park 2004). 건강식품 분류에 있어서 미국에서는 건강식품을 자연식품, 유기농식품, 다이어트 식품, 영양보조식품 등 네 가지로 분류하고 있으며, 우리나라는 건강보조식품, 특수영양식품, 인

삼 제품류, 다류, 기타 식품류 등 다섯 가지로 분류하고 있다(송효남 2001).

유기농산물이 식재료로 사용된 메뉴는 안정성의 측면에서 일반농산물보다 영양성분과 맛에서 확연히 뛰어나 새로운 개념의 건강메뉴로 자리 잡고 있으며, 저칼로리 저지방 저콜레스테롤 저염식식이섬유소와 같은 웰빙식이 건강식의 개념으로 받아지고 있다(Cho et al. 2006). 이와 같이 우리 인체의 건강을 유지하기 위한 건강식품이란 특별한 효능을 가지고 있는 성분을 나타내는 개념으로 각 나라의 식생활, 식습관, 영양 상태에 따라 다르게 정의되지만, 영양과 건강메뉴에 대한 전반적인 태도는 매우 긍정적이며, 특히 식사습관과 질병의 상관관계와 건강관심도가 높을수록 건강메뉴, 영양관리에 대한 태도가 긍정적이다(Kim 2002).

건강식행동 추구하고 함께 약선요리는 건강메뉴의 중요한 개념으로 자리하고 있다. 약선요리란 방병치병(防病治病), 자보강신(滋補強身), 항로연년(抗老延年)을 위한 중국의학과 약학 이론에 기초하여 약재와 약용가치를 지닌 식재료를 배합한 음식을 뜻한다(Lee & Um 2004). 이는 우리가 섭취하는 식품의 기능적인 면에서 영양소와 에너지 공급 외에도 체내의 대사기능에 관여하여 질병 예방과 치료, 생체리듬의 조절 및 균형을 유지시키는 건강관리기능의 역할을 하기 때문이다(Song 2007). 지금까지 국내에서 건강메뉴에 대한 연구들(Kim 2002; Lee & Um 2004; Kwon et al. 2007)이 있으나, 대부분 건강식품을 중심으로 이루어진 연구들로서 건강메뉴 특히 대학생들에 중심을 둔 연구는 일천하다.

3. 건강식행동

건강식행동(healthy-food behavior)이란 식생활의 편중을 시정하고 영양 부족을 보충해서 건강유지와 증진을 위한 일상의 행동을 말한다. 오늘날 소비자의 식생활은 편의와 간편성을 추구하는 성향으로 공식(公食)에서 개식(個食)화로 변해왔

으며, 가처분 소득의 증가에 따른 경제적인 여유와 서구화된 생활양식의 변화는 높은 외식빈도를 나타내고 있으며, 외식에 대한 욕구에서 건강식행동에 대한 중요성이 점차 부각되고 있다. 기업 또한 고객의 건강을 지키려는 사회적 책임감의 고조에 부응해서 단순히 영양을 섭취하는 단계를 벗어나 건강을 고려하는 생활양식의 개념으로 받아들여야 한다는 주장이 제기되고 있다(Kim 1999; Cho 2005). 이처럼 건강한 삶을 유지하고자 하는 것은 인간의 기본 권리이며, 사회가 산업화 구조화함에 따라 소비자들의 건강음식에 대한 요구는 날로 증가 추세에 있다. 이러한 건강요구의 변화에 따라 과거 치료 중심의 건강행위를 강조해 온 것과는 달리 건강을 유지하고 증진시키며 질병을 예방하는 예방중심의 건강행위에 관심과 노력이 대두되고 있다(Kim 1988). 건강과 관련된 연구는 특히 식생활 연구에서 자연주의 원칙과 건강증진을 위한 건강생활양식의 효과들이 구체적으로 제시되고 있다. 즉 건강 라이프스타일을 건강 관심형, 식습관 관리형, 건강 유지형, 식품기호 중시형으로 구분하였으며, 식습관 관리형에서 규칙적인 식사, 식사량, 채식, 육식, 충분한 수면을, 그리고 식품기호 중시형에서는 단 음식, 짠 음식, 매운 음식, 간식을 주요 변수로 채택하여 건강생활양식에서 건강식에 관한 부분이 중요한 변수라 하였다(Song 2007). 지금까지 국내에서 건강과 관련된 연구들을 살펴보면 식생활라이프스타일(Jung & Yoon 2007; Kim et al. 2007; Yim & Yoon 2006), 건강식행동(Hyun 2006; Song 2007; Lee 2008), 식습관(Lee et al. 1998; Kim et al. 2002; Chung & Choi 2002; Choi et al. 2002; Park 2003; Kim 2006; Lee & Kwak 2006; Ko 2007; Hwang & Lee 2007)에 관한 연구 등이 있으나, 대학생들의 건강식행동에 관한 연구는 일천하다. 따라서 건강식행도이란 건강생활양식에 도움이 되는 음식물을 섭취하는 행위로서 가정식이나 외식을 불문하고 건강을 고려하는 식습관을 건강식행동으로 보아야 할 것이다.

III. 연구 설계

1. 조사대상 및 방법

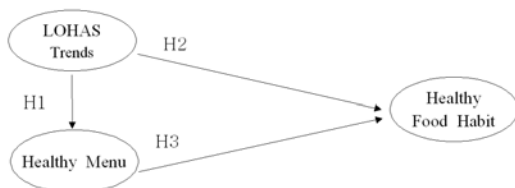
본 연구의 목적은 최근 소비자의 가치관에서 중요한 요인으로 떠오르고 있는 로하스(LOHAS)에 대한 대학생들이 성향과 건강메뉴 건강식행동에 대한 구조적 관계를 검토하는데 있다. 본 조사에 대한 응답은 대구·경북 소재 4년제 대학교의 호텔·외식관련 전공 재학생으로 한정하였으며, 각 지역에서 4개 대학을 임의로 선정하여 설문조사를 실시하였다. 조사기간은 2008년 5월 15일부터 6월 14일까지 설문문항에 대해 사전 교육을 받은 대학생을 이용하여 각 대학별 170부씩 총 680부의 배포하여 이중 불성실한 응답 54부를 제외한 626부를 최종 분석에 사용하였으며, LOHAS 성향, 건강메뉴, 건강식행동의 영향관계를 실증분석하였다.

2. 연구모형 및 가설설정

본 연구에서는 대학생이 지각하는 LOHAS 성향이 건강메뉴선택과 건강식행동에 어떤 영향을 미치는지를 파악하기 위하여 <Fig. 1>과 같은 연구모형과 연구가설을 설정하였다.

1) 로하스(LOHAS)와 건강메뉴, 건강식행동과의 관계

LOHAS 성향을 갖춘 소비자들이 증가되면 될수록 레스토랑에서의 LOHAS를 지향하는 건강메뉴를 주문하는 행동으로 나타날 것으로 기대된다. 또한, LOHAS 지수가 높은 응답자에게는 조리식 음식의 기능성이 가장 많은 영향을 미치는 것



<Fig. 1> Research model.

으로 나타나 저지방 조리법과, 자연식 조리법 등을 고려한 웰빙메뉴 개발이 필요하다(Kwon et al. 2006). 그리고 소득 수준과 교육 수준이 높을수록 영양과 건강에 대한 관심이 높은 경향과 특히 외식 시 가격이 비싸더라도 건강메뉴를 구매할 의향이 높게 나타난다고 하였다(Kim 2002). 따라서 선행 연구 결과를 바탕으로 하여 다음과 같은 연구가설을 설정하였다.

가설 1. LOHAS 성향은 건강메뉴추구에 유의적인 영향을 미칠 것이다.

1-1. LOHAS의 재활용성은 건강메뉴의 영양지향성에 유의적인 영향을 미칠 것이다.

1-2. LOHAS의 재활용성은 건강메뉴의 가치지향성에 유의적인 영향을 미칠 것이다.

1-3. LOHAS의 지속가능성은 건강메뉴의 영양지향성에 유의적인 영향을 미칠 것이다.

1-4. LOHAS의 지속가능성은 건강메뉴의 가치지향성에 유의적인 영향을 미칠 것이다.

가설 2. LOHAS 성향은 건강식행동에 유의적인 영향을 미칠 것이다.

2-1. LOHAS의 재활용성은 건강식행동에 유의적인 영향을 미칠 것이다.

2-2. LOHAS의 지속가능성은 건강식행동에 유의적인 영향을 미칠 것이다.

2) 건강메뉴와 건강식행동과의 관계

최근 비만과 성인병의 증가로 비만에 대한 사회적인 관심은 건강메뉴의 필요성과 건강메뉴의 개발이 요구되고 있으며(Cho 2005), 웰빙식생활과 관련해서 기혼 여성 소비자는 타인을 의식하거나, 단순하게 웰빙에 대한 상업적 마케팅에 현혹되어 웰빙 소비행동을 하는 것이 아니라 핵심개념인 건강을 인식한 개인 가족 및 사회까지 고려하는 소비행동을 보인다고 하였다(Jeon & Jae 2007). 따라서 선행 연구자의 연구결과를 바탕으로 하여 다음과 같은 연구가설을 설정하였다.

가설 3. 건강메뉴는 건강식행동에 유의적인 영향을 미칠 것이다.

- 3-1. 건강메뉴의 영양지향성은 건강식행동에 유의적인 영향을 미칠 것이다.
 2-2. 건강메뉴의 가치지향성은 건강식행동에 유의적인 영향을 미칠 것이다.

3. 변수의 조작적 정의 및 설문서 구성

조사대상자의 LOHAS 성향, 건강메뉴, 건강식행동 등에 대한 태도를 조사하기 위해 <Table 1> 과 같이 선행 연구를 참조하여 본 연구에 맞게 일부 문항을 수정하여 사용하였다.

LOHAS 성향은 ‘환경과 자원은 미래의 자손으로부터 빌려 쓰는 것으로 올바르게 보존하고 아끼고 절약하는 기성세대의 책임 있는 자세’라고 정의하고, 이에 대한 설문문항은 미국의 내추럴 마케팅연구소-KNBI(2006)가 제시한 주요 LOHAS 소비자 측정변수 12가지를 사용하여 연구한 Joo(2007), Kim(2007), Kwon et al.(2007) 등의 선행 연구를 토대로 글로벌 영향력의 기업 제품 선호, 전체 사회를 생각하는 삶, 적극적인 환경 보호, 친환경적 제품 적극 홍보, LOHAS 소비자의 가치공유, 친환경적인 제품 사용, 재활용 제품 사용 등 본 연구에 맞게 7문항을 선택하여 측정하고자 한다.

건강메뉴는 ‘화학적 물리적으로 인체에 안전하게 건강을 증진시키는 음식으로서 일상식이 아닌 기능성식품을 상품화한 메뉴’ 정도로 정의하고 이에 대한 설문문항은 Kim(2002), Lee & Um(2004), Kwon et al.(2006), Cho et al.(2006)의 선행 연구를 토대로 총칼로리, 다이어트식, 영양성분, 영양적 가치, 특수 목적 영양식, 마스크림 홍보 건강메뉴, 영양가 있는 신 메뉴 등 7문항으로 측정하고자 한다.

건강식행동은 ‘미래의 건강한 삶을 위해서 영양학적으로 균형 잡힌 식단과 건강 식재료를 선호하는 섭식행동’ 정도로 정의하며, 이에 대한 설문 문항은 Cho(2005), Yim & Yoon(2006), Jeon & Jae(2007), Jung & Yoon(2007), Kim et al.(2007)의 선행 연구를 토대로 균형 있는 영양식, 무공해 식품, 건강음식 섭취, 녹황색 채소와 과일 섭취, 선호음식의 조리법, 낙농제품 섭취 등 6문항으로 구성하여 측정하고자 한다.

LOHAS 성향, 건강 메뉴, 건강식행동에 대한 측정은 ‘전혀 그렇지 않다 1점~매우 그렇다 5점’ Likert 5점 척도로 응답자의 동의 여부를 측정하였으며, 인구통계학적인 변수는 성별, 연령, 용돈, 주거 상황, 월 소득, 거주지 등을 명목척도로 구성하여 측정하였다.

4. 자료의 분석

수집된 자료는 SPSS 14.0을 이용하여 분석하였다. 응답자들의 인구통계적인 특성을 파악하기 위하여 빈도분석을 실시하였고, LOHAS 성향, 건강메뉴, 건강식행동 등 측정 변수들의 신뢰성과 타당성을 분석하기 위해 신뢰도 분석, 요인별 탐색적 요인분석과 Chronbach α 값을 분석하였으며, 또한 조사 대상자의 일반사항은 빈도와 백분율을 구하고, 각 항목별 유의성 검증을 위해 다중회귀 분석을 실시하여 연구모델에서 제시된 모델의 적합도를 평가하였다.

IV. 실증분석

1. 표본의 인구통계학적 특성

조사대상자에 대한 인구통계학적 특성인 성별,

<Table 1> The composition of questionnaire

Variables	Source	
LOHAS trends	8	Natural business research(2006), Joo(2007), Kim(2007), Kwon et al.(2007)
Healthy menu	10	Kim(2002), Lee & Um(2004), Kwon et al.(2006), Cho et al.(2006)
Healthy food habit	11	Cho(2005), Yim & Yoon(2006), Jeon & Jae(2007), Jung & Yoon(2007), Kim et al.(2007)
General characteristics	6	Gender, age, monthly pocket money, residential area, place of residence

연령, 한 달 용돈, 주거 상황, 거주지 등을 살펴보면 다음과 같다. 먼저 성별의 경우, 남성 328명(52.8%), 여성 298명(47.6%) 총 626명이었다. 연령은 20~23세 미만 326명(52.0%), 24~27세 218명(34.8%), 28세 이상 46명(7.3%), 20세 미만 36명(5.8%)이었다. 한 달 용돈의 경우, 15만원 미만 162명(26.1%), 16~20만원 94명(15.2%), 21~25만원 80명(12.9%), 26~30만원 86명(13.9%), 31~40만원 116명(18.7%), 41만원 이상 42명(13.2%)이었다. 주거 상황은 자가에서 통학 314명(50.3%), 원룸 200명(32.1%), 기숙사 74명(11.9%), 전세 22명(3.5%), 하숙, 친척집, 기타가 각각 4명(0.6%), 4명(0.6%), 6명(1.0%)이었다. 거주지는 농어촌 142명(23.2%), 중소도시 246명(39.5%), 대도시 232명(37.1%)이었다.

2. 측정도구의 신뢰성 및 타당성 검증

1) LOHAS 성향에 대한 신뢰도 및 타당성 검증

LOHAS 성향에 대한 7개의 문항에 대하여 요인분석을 실시한 결과, 총 2개의 요인으로 <Table 2>와 같이 도출되었고, 각 요인을 구성하는 중심개념을 바탕으로 요인명을 부여하였다. 또한, 도출된 2개의 요인 적재값이 0.4 이상으로 나타나 LOHAS 성향을 설명하는 요인으로 적합한 것으

로 나타나 타당성이 확보되었으며, Kwon 등(2007)의 선행 연구를 근거로 글로벌 영향력의 기업제품 선호, 전체 사회를 생각하는 삶, 적극적인 환경보호, 친환경적 제품 적극 홍보, LOHAS 소비자의 가치공유를 ‘지속성(s)’으로, 친환경적인 제품 사용, 재활용 제품 사용을 ‘재활용성(r)’으로 각각 명명하였다. 요인분석 결과에 대해 신뢰도 분석을 수행한 결과 전체 신뢰도를 나타내는 Chronbach's α 값이 모두 0.737 이상으로 로하스 성향에 대한 측정문항은 내적 일관성을 가지고 있는 것으로 분석되었다.

2) 건강메뉴에 대한 신뢰도 및 타당도

건강메뉴에 대한 7개의 문항에 대한 요인분석을 실시한 결과 총 2개의 요인이 도출되었으며, 각각의 요인을 구성하는 중심개념을 바탕으로 <Table 3>과 같이 요인명을 부여하였다. 이 2개의 요인 적재값이 0.4 이상으로 나타나 타당성이 확보되었으며, Song & Kim(2008)의 선행 연구를 근거로 총칼로리 중요(n1), 다이어트식(n2), 영양성분(n3), 영양적 가치(n4) 등을 ‘영양지향성’으로, 특수 목적의 영양식(h1), 매스컴 홍보 건강메뉴(h2), 영양가치 신메뉴(h3) 등을 ‘가치지향성’으로 각각 명명하였다. 또한 Chronbach's α 값이 각각 0.813과 0.779로 나타나 건강메뉴에 대한 측정문항은

<Table 2> Validity and reliability of LOHAS trends

Classification	Variables	Factor's	Eigen-value	Chronbach's α	Explanatory variable(%)
LOHAS	s1	0.771	2.422	0.770	34.607
	s2	0.732			
	Sustainability s3	0.712			
	s4	0.631			
	s5	0.566			
Recycling	r1	0.860	1.865	0.737	26.645
	r2	0.840			
KMO				0.819	
Bartlett's sphericity test				604.267	
Significance				0.000	

〈Table 3〉 Validity and reliability of healthy menu

Classification	Variables	Factor's	Eigen-value	Chronbach's α	Explanatory variable(%)	
Healthy menu	Nutrition elements	n1	0.896	3.588	0.813	50.884
		n2	0.791			
		n3	0.699			
		n4	0.646			
	Nutritional value	h1	0.845	1.169	0.779	16.577
		h2	0.810			
		h3	0.746			
KMO				0.798		
Bartlett's sphericity test				815.889		
Significance				0.000		

내적 일관성을 가지고 있는 것으로 분석되었다.

3) 건강식행동에 대한 신뢰도 및 타당도

건강식행동에 대한 6개의 문항에 대한 요인분석을 실시한 결과 〈Table 4〉와 같이 단일요인으로 도출되었다. 균형 있는 영양식(b1), 무공해 식품 섭취(b2), 건강음식을 섭취(b3), 녹색채소와 과일 섭취(b4), 선호 음식의 조리법(b5), 낙농제품 섭취(b6) 등의 요인 적재값이 0.4 이상으로 나타나 타당성이 확보된 것으로 분석되었으며, Chronbach's α 값이 0.703으로 나타나 건강식행동에 대한 측정문항은 내적 일관성을 가지는 것으로 분석되었다.

3. 가설의 검증

1) 가설 1의 검증

LOHAS 성향이 건강메뉴추구에 미치는 영향 관계에 대한 가설 검증 결과는 〈Table 5〉와 같다. 본 연구의 조사결과 LOHAS 성향($t=14.397$, $p<0.01$)은 건강메뉴추구에 정(+)의 유의적인 영향을 미치는 것으로 확인되었으며, 이러한 연구 결과는 Kim(2007), Kwon et al.(2007) 등의 연구결과를 지지하는 것으로, LOHAS 성향의 소비자는 자신의 건강에도 높은 관심을 나타내는 결과로 볼 수 있다. 따라서 가설 1은 채택되었다.

〈Table 4〉 Validity and reliability of healthy food behavior

Classification	Variables	Factor's	Eigen-value	Chronbach's α	Explanatory variable(%)
Healthy food behavior	b1	0.681	2.430	0.703	40.497
	b2	0.666			
	b3	0.652			
	b4	0.639			
	b5	0.596			
	b6	0.579			
KMO				0.778	
Bartlett's sphericity test				267.877	
Significance				0.000	

〈Table 5〉 The effect of LOHAS trends on healthy menu

Dependency variable	Independent variable	B	S.E.	β	t-value	Sig.
Healthy menu	LOHAS tendency	0.751	0.052	0.633	14.397**	0.000
		$R^2=0.401,$		Adjusted $R^2=0.399,$		$F=207.262$

** $p<0.01$.

(1) 가설 1-1, 1-2, 1-3, 1-4의 검증

LOHAS 성향이 건강메뉴추구에 미치는 영향관계를 분석한 결과는 〈Table 6〉과 같다. 검증결과 LOHAS 성향의 차원인 ‘재활용성’($t=4.620, p<0.01$)은 건강메뉴의 차원인 ‘영양지향성’과 ‘가치지향성’($t=6.611, p<0.01$)에 모두 정(+)의 유의적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 반면, LOHAS 성향의 차원인 ‘지속성’은 건강메뉴의 ‘영양지향성’($t=1.464, p<0.144$)과 ‘가치지향성’($t=1.182, p<1.282$)에는 정(+)의 유의적인 영향을 미치지 않는 것으로 분석되었다. 따라서 대학생들의 LOHAS 성향의 차원인 ‘재활용성’은 건강메뉴의 차원인 영양지향성과 가치지향성에 정(+)의 영향을 미칠 것이라는 연구가설 1-1과 1-2는 채택되었으나, LOHAS

성향의 차원인 ‘지속성’은 건강메뉴이 차원인 영양지향성과 가치지향성에 정(+)의 영향을 미칠 것이라는 연구가설 1-3과 1-4는 기각되었다.

2) 가설 2의 검증

대학생의 LOHAS 성향이 건강식행동에 미치는 영향관계를 분석한 결과는 〈Table 7〉과 같다. 검증결과 LOHAS 성향($t=11.602, p<0.01$)은 건강식행동에 정(+)의 유의적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 Kwon et al.(2007)의 연구결과를 지지하는 것으로서 나타났다. 따라서 연구가설 2는 채택되었다.

(1) 가설 2-1, 2-2의 검증

〈Table 6〉 The effect of LOHAS trends on nutrition component and healthy food

Dependency variable	Independent variable	B	S.E.	β	t-value	Sig.
Nutrition elements	Recycling	0.493	0.107	0.338	4.620**	0.000
	Sustainability	0.137	0.094	0.107	1.464	0.144
		$R^2=0.177,$		Adjusted $R^2=0.172,$		$F=33.223$
Nutritional value	Recycling	0.641	0.097	0.455	6.611**	0.000
	Sustainability	0.109	0.085	0.088	1.282	0.201
		$R^2=0.271,$		Adjusted $R^2=0.266,$		$F=57.670$

** $p<0.01$.

〈Table 7〉 The effect of LOHAS trends on healthy food habits

Dependency variable	Independent variable	B	S.E.	β	t-value	Sig.
Healthy food habit	LOHAS trends	0.551	0.047	0.553	11.602**	0.000
		$R^2=0.305,$		Adjusted $R^2=0.303,$		$F=134.596$

** $p<0.01$.

LOHAS 성향이 건강식행동에 미치는 영향관계를 분석한 결과는 <Table 8>과 같다. LOHAS 성향의 차원인 '재활용성'($t=6.353, p<0.01$)과 '지속성'($t=2.569, p<0.05$)은 건강식행동에 정(+)의 유의적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 대학생들이 LOHAS의 성향의 차원인 '지속성'보다는 '재활용성'이 건강식행동에 더 긍정적인 영향을 미친다고 해석할 수 있으며, Kwon et al.(2007)의 연구 결과를 지지하는 것으로 나타났다. 따라서 대학생들의 LOHAS 성향이 건강식행동에 영향을 미칠 것이라는 연구가설 2-1과 2-2는 모두 채택되었다.

3) 가설 3의 검증

건강메뉴가 건강식행동에 미치는 영향관계를 분석한 결과는 <Table 9>와 같다. 건강메뉴($t=12.519,$

$p<0.01$)는 건강식행동에 정(+)의 유의적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 건강 관심도가 높을수록 건강메뉴와 영양에 대한 태도가 긍정적으로 나타났다는 Kim(2002)의 연구결과를 지지하는 것으로 나타났다. 따라서 연구가설 3은 채택되었다.

(1) 가설 3-1, 3-2의 검증

건강메뉴가 건강식행동에 미치는 영향에 대한 분석결과는 <Table 10>과 같다. 건강메뉴의 차원인 '영양지향성'($t=6.736, p<0.01$)과 '가치지향성'($t=3.512, p<0.01$)은 건강식행동에 정(+)의 유의적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉 건강식행동에 '영양지향성'이 '가치지향성'보다 더 긍정적인 태도를 보이는 것으로서 이는 영양과 건강메뉴에 대한 전반적인 태도가 매우 긍정적으로 나

<Table 8> The effect of LOHAS trends on recycling and sustainability

Dependency variable	Independent variable	B	S.E.	β	t-value	Sig.
Healthy food habit	Recycling	0.417	0.066	0.428	6.353**	0.000
	Sustainability	0.148	0.057	0.173	2.569*	0.011
		$R^2=0.320,$ Adjusted $R^2=0.315,$		$F=71.620$		

* $p<0.05,$ ** $p<0.01.$

<Table 9> The effect of seeking healthy menu on healthy food habit

Dependency variable	Independent variable	B	S.E.	β	t-value	Sig.
healthy food habit	Healthy menu	0.493	0.039	0.583	12.519**	0.000
		$R^2=0.339,$ Adjusted $R^2=0.337,$		$F=156.730$		

** $p<0.01.$

<Table 10> The effect of healthy menu on healthy food habit

Dependency variable	Independent variable	B	S.E.	β	t-value	Sig.
Healthy food habit	Nutrient	0.259	0.038	0.383	6.736**	0.000
	Nutritive value	0.139	0.040	0.200	3.512**	0.001
		$R^2=0.264,$ Adjusted $R^2=0.259,$		$F=54.474$		

** $p<0.01.$

타났다는 Kim(2002)의 연구결과를 지지하는 것으로 나타났다. 따라서 연구가설 3-1과 3-2는 채택되었다.

V. 결론 및 시사점

인간이 건강하게 장수(長壽)하는 것은 동서고금을 막론하고 가장 상위의 가치로 꼽을 수 있다. 그러나 산업사회의 공해라는 문제가 대두되고 있으며, 이러한 공해를 줄이고 건강한 환경과 건강한 먹을거리는 인간의 최대 관심사가 아닐 수 없다. 최근 우리 사회의 중요한 화두는 선진국형인 사회적 웰빙이 키워드가 되고 있으며, 특히 웰빙과 LOHAS는 대중매체의 영향으로 음식문화에서도 유행처럼 급속하게 확산되고 있다. 본 연구에서는 차세대의 주역이며 인생의 전 기간을 통해 식습관의 최종 형성 시기인 대학생들을 대상으로 LOHAS 성향, 건강메뉴, 건강식행동 간의 영향관계를 분석하였다. 즉, LOHAS 성향에 따라 건강메뉴추구성향과 건강식행동에 영향을 미치는 점에 차이가 있을 것이라는 점에 초점을 두고 기존 연구의 검토를 통해 연구가설을 설정하고 검토하였으며, 향후 외식기업에서 건강메뉴개발에 대한 모델을 제시하려고 한다. 따라서 사회적 웰빙인 LOHAS 성향이 대학생 소비자의 건강식행동에 영향을 미친다는 가정 하에 본 연구를 수행하였으며, 도출된 연구결과는 다음과 같이 나타났다.

첫째, 대학생의 LOHAS 성향은 건강메뉴추구에 정(+)의 영향을 미친다는 가설 1은 지지되었다. 둘째, LOHAS의 차원인 재활용성이 건강메뉴의 차원인 영양지향성과 가치지향성에 정(+)의 영향을 미친다는 연구가설 1-1, 1-2는 각각 지지되었다. 반면에 LOHAS의 차원인 지속가능성이 건강메뉴의 차원인 영양지향성과 가치지향성에 정(+)의 영향을 미친다는 연구가설 1-3, 1-4는 기대와는 달리 유의성이 나타나지 않아 기각되었다. 셋째, LOHAS 성향이 건강식행동에 정(+)의 영향을 미

친다는 연구가설 2는 지지되었다. 넷째, LOHAS의 차원인 재활용성과 지속가능성이 건강식행동에 정(+)의 영향을 미친다는 연구가설 2-1, 2-2는 각각 지지되었다. 다섯째, 건강메뉴가 건강식행동에 정(+)의 영향을 미친다는 연구가설 3은 지지되었다. 여섯째, 건강메뉴의 차원인 영양지향성과 가치지향성은 건강식행동에 정(+)의 영향을 미친다는 연구가설 3-1과 3-2는 각각 지지되었다.

이상과 같이 본 연구에서 나타난 연구결과는 다음과 같이 이론적인 시사점을 나타내고 있다. 본 연구에서는 LOHAS 성향이 건강메뉴에 영향을 미친다는 가설 1과 LOHAS 성향의 차원인 재활용성이 건강메뉴의 차원인 영양지향성과 가치지향성에 정(+)의 영향을 미친다는 가설 1-1, 가설 1-2의 검증결과는 LOHAS가 건강메뉴 주문의 향에 영향을 미친다는 Song(2007)의 연구결과를 지지하는 것으로 나타났다. 반면, LOHAS의 차원인 지속가능성이 건강메뉴의 차원인 영양지향성과 가치지향성에 정(+)의 영향을 미친다는 연구가설 1-3, 1-4는 선행 연구와는 다른 결과로 유의성이 나타나지 않았다. 둘째, LOHAS 성향이 건강식행동에 정(+)의 영향을 미친다는 연구가설 2와 LOHAS의 차원인 재활용성과 지속가능성이 건강식행동에 정(+)의 영향을 미친다는 연구가설 2-1, 2-2의 검증결과는 LOHAS가 건강식행동에 영향을 미친다는 Song(2007)과 LOHAS 성향의 소비자가 증가하면 건강메뉴를 주문하는 행동으로 나타난다는 Kwon et al.(2007)의 연구결과를 지지하는 것으로 나타났다. 셋째, 건강메뉴는 건강식행동에 정(+)의 영향을 미친다는 연구가설 3과 건강메뉴의 차원인 영양지향성과 가치지향성은 건강식행동에 정(+)의 영향을 미친다는 연구가설 3-1, 3-2의 검증결과는 영양과 건강메뉴에 대한 전반적인 태도는 매우 긍정적이라는 연구결과(Kim 2002; Lee & Um 2004; Kwon et al. 2007)를 지지하는 것으로 나타났다.

본 연구의 성과로는 젊은 세대인 대학생들에게 아직은 친숙하지 않은 단어인 LOHAS의 측정

척도를 이용하여 대학생들이 지각하는 건강메뉴와 건강식생활의 관점에서 접근했다는 점과 이들 간의 관계를 규정하여 웰빙메뉴를 개발하는 외식업계에 시사점을 제안했다는 점이다. 이와 같이 본 연구에서는 의미 있는 결과를 얻을 수 있었으나, 또한 다음과 같은 한계점을 내포하고 있다.

본 연구는 모집단을 대구·경북지역으로 한정하였고, 연구단위도 4년제 대학생 중 일부만을 대상으로 하였기 때문에 대학의 특성과 지역에 따른 학생들의 의식에 차이가 있을 수 있다. 또한, 전공과 거주지에 따른 차이가 있을 수 있으므로 연구결과를 일반화하는 데는 다소 무리가 있을 수 있다. 또한, 본 연구에서는 대학생의 건강식행동에 대해서 식생활 라이프스타일, 소비자 유형, 소비자 태도 등에 관한 요인을 간과하였다. 따라서 향후 연구에서는 이러한 요인을 포함하는 폭넓은 연구와 함께 대학생들의 건강식행동에 대한 연구에서 모집단의 특성을 충분히 반영할 수 있는 보다 세분화된 연구가 이루어지기를 기대한다.

한글초록

본 연구는 대학생의 LOHAS 성향과 건강메뉴 추구가 건강식생활에 미치는 영향관계를 분석하였다. 로하스저널과 선행연구자에 의해 제시된 로하스성향, 건강메뉴추구, 건강식생활에 대한 주요변수를 토대로 대구·경북 소재 4년제 대학생을 대상으로 총 680부의 설문지를 배부하여 불성실한 응답 54부를 제외한 총 626부를 최종 분석에 사용하였으며, 연구 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 대학생의 로하스(LOHAS) 성향은 건강메뉴에 영향을 미칠 것이라는 가설 1은 유의적인 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그리고 로하스(LOHAS)의 차원인 '재활용성'은 '영양지향성'과 '가치지향성'에 유의적인 수준에서 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 반면 '지속

성'은 '영양지향성'과 '가치지향성'에 유의적인 정(+)의 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 둘째, 로하스(LOHAS) 성향은 건강식행동에 영향을 미칠 것이라는 가설 2와 로하스 차원인 '재활용성'과 '지속성'은 건강식행동에 유의적인 수준에서 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 건강메뉴는 건강식행동에 영향을 미칠 것이라는 가설 3과 건강메뉴의 차원인 '영양지향성'과 '가치지향성'은 건강식행동에 유의적인 수준에서 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다.

참고문헌

1. 내츄럴비즈니스연구소-KNBI (2006) : 국내 LOHAS 소비자 조사결과 보고 및 시장 전망. *Issue Report*. 29-45.
2. 서울경제신문, 2003년 12월 4일자.
3. 송효남 (2001) : 노인건강을 위한 식이요법. *세명대학교 한의학연구소 논문집* 3:96-97.
4. Chang HJ · Kim YS (2004) : A study on color and image marketing for the LOHAS & Nomadic consumer on the food-service industry. *The Korean Journal of Culinary Research* 10(4): 50-66.
5. Cho KI · An HY · Noh YG (2006) : The effect of customer's satisfaction and well-being menu of fast food industry. *Journal of Korean Tourism Research* 20(3):141-160.
6. Cho MS (2005) : Health and nutrition implications of food away from home. *Korean J. Food Culture* 20(6):767-776.
7. Choi SN · Chung NY · Yun ME (2002) : A study on the food habits and the dietary behaviors of university student in Seoul. *Korean J. Dietary Culture* 17(1):57-63.
8. 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.
9. Chung YS (2005) : A study on the materials and functions of the wallpaper by the trend of LOHAS. *Journal of the Korean Society of Craft* 171-188.
 10. Dungan JM · Brown AV · Ramsey MA (1996) : Health maintenance for the independent frail older adult can it improve physical and mental well-being? *Journal of Advanced Nursing* 23: 118-193.
 11. Hyun YJ (2006) : A survey on diet for health and food purchasing behavior of employed and unemployed married women in Deajon, Daejon University Master Thesis, 36-38.
 12. Hwang JH · Lee HM (2007) : A study on life-style dietary habits, nutrition knowledge and dietary behaviors of male university students according to residence type. *Korean J. Community Nutrition* 12(4):381-395.
 13. Jeon HR · Jae MK (2007) : Consumer consciousness toward well-being and well-being oriented consumer behaviors according to the dietary life. *Korean Journal of Human Ecology* 16(5): 957-967.
 14. Jeon YO · Yoon JO (2005) : The advent of well-being culture and its prospect. *Samsung Economic Research Institute* (Issue paper). 1-34.
 15. Joo HS (2007) : A study on the effect of image in nation and tourism, attitude regarding Korea and visit intention from LOHAS Korean wave. *Journal of Tourism Sciences* 31(4):301-320.
 16. Jung HS · Yoon HH (2007) : A study on the dining-out consumption pattern of undergraduates by food-related lifestyle. *Journal of Foodservice Management Society of Korea* 10(2):93-117.
 17. Kang GS (2006) : The effects of traveler's social-psychological well-being levels on consumer behavior in travel. Kyungwon University Doctorial thesis, 16-24.
 18. Kim BR (2006) : A study on nutrition knowledge, dietary habits, health-related life style and health condition of college students in Chuncheon. *J. Korean Soc. Food Nutr.* 35(9): 1215-1223.
 19. Kim BS (2006) : Related factors of well-being oriented behavior and typology of well-being consumers. Keimyung University Doctorial thesis. 26-28.
 20. Kim HY (1999) : Health promoting behaviors among 6th grade students according to sex.. *The Korean Journal of Child Health Nursing* 5(1):38-47.
 21. Kim IS · Yu HH · Han HS (2002) : Effects of nutrition knowledge, dietary attitude, dietary habits and life style on the health of college students in the Chungnam area. *Korean J. Community Nutrition* 7(1):45-57.
 22. Kim IS (1988) : A study on food dietary and the food preference of college students in Incheon area. Inhwa University Master thesis 15-18.
 23. Kim MJ · Jung HS · Yoon HH (2007) : A study on the relationship between food-related lifestyle of undergraduates and the restaurant selection attribute. *Korean J. Food Culture* 22(2):210-217.
 24. Kim MS · Chun YD (2006) : Website에 구현된 Well-being Trend LOHAS Design에 관한 고찰. *정보디자인연구* 9:47-77.
 25. Kim SH (2006) : A study on the relationship between time spent on lunch and degree of obesity, eating habits in culinary college male students. *Korean J. Community Nutrition* 11(6): 695-706.
 26. Kim TH (2002) : Family restaurant patrons' attitudes toward nutrition & healthy menu. *Korean*

- J. Food Culture* 17(5):629-637.
27. Kim YH (2007) : An exploration of well-being-oriented consumers' consciousness toward sustainability: A qualitative research. *Korean J. Food Culture* 22(5):521-527.
 28. Ko MS (2007) : The comparison in daily intake of nutrients and dietary habits. *Korean J. Community Nutrition* 12(3):259-271.
 29. Kwon YJ · Song HG · Kim JE (2007) : The influence of LOHAS tendency of dining-out consumers on wellness and ordering behavior of healthful menu. *Journal of Tourism Sciences* 31(5):247-270.
 30. Lee HS (2005) : Study on the direction of developing organic food package in the wake of change in lifestyle of consumers who pursue well-being trend. Ewha Woman University Doctorial thesis, 4-6.
 31. Lee HS · Lee JA · Paik JJ (1998) : A study of habits, physical status and related factors of college students in Chuncheon. *Korean J. Community Nutrition* 3(1): 34-43.
 32. Lee JH (2008) : Comparison on health and dietary behaviors and blood parameters on middle school boys and girls in Ulsan. Ulsan University Master Thesis, 5-8.
 33. Lee JR · Um YH (2004) : A study of attitude toward healthy menu. *The Korean Journal of Culinary Research* 10(2):16-29.
 34. Lee KA (1999) : A comparison of eating and general health practices to the degree of health consciousness in Pusan college students. *J. Korean Soc. Food Sci. Nutr.* 28(30):732-742.
 35. Lee KC · Yoon TH (2006) : A study on developing the olive-oil liason to accommodate widespread well-being trend. *The Korean Journal of Culinary Research* 12(4):80-96.
 35. Lee KJ · Byun SY (1992) : A study on the status of using university cafeteria and preference of food in Incheon. *Journal of the East Asian of Dietary Life* 2(1):57-68.
 36. Lee MS · Kwak CS (2006) : The comparison in daily intake of nutrients, quality of diets and dietary habits between male and female college students in Daejeon. *Korean J. Community Nutrition* 11(1):39-51.
 37. Oh SI · Lee MS (2006) : A study on the characteristics of dietary behaviors and food intake patterns of university students according to the obesity index. *Korean J. Food & Nutr.* 19(1): 79-90.
 38. Park SH (2003) : Comparing the nutrient intake, quality of diet, eating habits scores and dietary behaviors of university students in Iksan, according to their type of residence. *Korean J. Community Nutrition* 8(6):876-888.
 39. Park SW (2004) : The effect of eating habits and lifestyle on the food intake of university students in Daejeon. *J. East Asian Dietary Life* 14(1):11-19.
 40. Park YS · Myung CO · Lee KW · Nam HW (2005) : A study on the well-being related awareness and dietary life pattern in the urban housewives. *Korean J. Food Culture* 20(5):574-583.
 41. Ryan R · Deci EL (2001) : On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaemonics well-being. *Annual Review of Psychology* 52:141-166.
 42. Ryff CD (1989) : Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology* 57:1069-1081.
 43. Shepherd R (2001) : Healthier eating in the UK, the eating, food and health LINK program. *Trend in Food Science & Technology* 12:425-428.

44. Son SM · Park JK (2004) : A study on the classification of health food circulated in the market. *Journal of the Korean Dietetic Association* 10(1): 58-64.
45. Song HG (2007) : An influence on consumption toward health by the tendency of healthful menu choice in dining-out consumer. Kyunghee University Doctorial thesis. 8-11.
46. Song HG · Kim HG (2008) : An influence on consumption toward health by the tendency of healthful menu choice in dinning-out consumer. *Korean Tourism research Association* 22(1): 83-99.
47. Song HG · Kim SR (2003) : The effects of smoking on nutritional intake, dietary behaviors and blood lipid profile of college students in the Gyeonggi area. *Korea J. Food Culture* 18(5):407-417.
48. Steve F·Gwynne R (2005) : LOHAS market research review: Marketplace opportunities abound. The Natural Marketing Institute(NMI). 25-45.
49. Yang MH · Kim SY · Kim DJ (2007) : The relationship between exercise motivation, psychological well-being and behavioral intention in university students. *Journal of Leisure and Recreation Studies* 31(1):51-72.
50. Yim YM · Yoon HH (2006). A study on the food-related life style to wine selection attribution. *Korean Journal of Tourism Research* 20(3): 289-300.
51. Yoon HJ (2006) : Consumer consciousness toward well-being trend and well-being behavior. *Korean Living Science* 15(2):261-274.

2008년 12월 19일 접 수
 2009년 3월 5일 1차 논문수정
 2009년 3월 16일 2차 논문수정
 2009년 3월 20일 게재확정