

수원시 거주 성인의 외식 메뉴 영양표시에 대한 인식

손 춘 영[†]

동남보건대학 식품영양과

Perception of Nutrition Labeling on Restaurant Menus among Adults in Suwon

Chun-Young Sohn[†]

Department of Food and Nutrition, DongNam Health University, Suwon, Korea

Abstract

The purposes of this study were to investigate the perception of nutrition labeling on restaurant menus, and to analyze the differences among subject's characteristics, eating-out behaviors, and dietary attitudes. Information concerning general characteristics, health status, eating-out behaviors and dietary attitudes of subjects was collected by a structured questionnaire. From January 5th to February 27th in 2009, 406 questionnaires were completed by 157 males and 249 females. Statistical analyses were performed using by SPSS 14.0 package program. The perception of the importance of nutrition labeling was 3.89, while knowledge of whether restaurants provided sufficient nutrition information scored 2.26 indicating that being highly conscious of nutrition labeling, respondents did not view the supplied information as sufficient. Nutritional perception was greater in females and varied in both genders with age and health status. Significant differences concerning the perceptions of nutrition labeling were evident, based on eating-out behaviors and dietary attitudes. The results imply that nutrition labeling on restaurant menus should be based on consumer characteristics. Relevant nutrition labeling might help improve health by encouraging proper dietary habits and providing valuable nutritional information. Recognition of the importance of nutrition labeling and strategic implementation of labeling in menus would be prudent strategies for restaurant managers. (*Korean J Community Nutrition* 14(4) : 420~429, 2009)

KEY WORDS : nutrition labeling · restaurant menu · eating-out behavior · dietary attitudes

서 론

최근 우리나라는 급속한 산업발전과 경제성장으로 인한 사회 환경의 변화와 생활수준의 향상은 개인의 식생활에도 많은 영향을 주어 식품이나 음식의 소비양상에도 커다란 변화를 가져왔다. 특히 과거의 영양보완을 목적으로 하던 외식은 소비패턴의 변화, 여성의 사회진출 증가, 여가생활의 확대 및 식생활의 간편성과 다양성의 욕구 증대 등 그 이용 계층과 목적이 다양해지면서 한국인의 식생활에서 차지하는 비중이 점차 증가하는 추세를 보이고 있다(Yu & Park 2002).

우리나라의 외식산업은 소비자의 사회, 문화적 욕구를 만족시켜 주는 여가와 문화의 장으로 발전하여 호텔, 관광 및 레저 산업까지 포괄하는 현대산업으로 확장되면서(Na 1998; Hong 2003), 최근 5년간 식료품비 중 외식비 비율도 꾸준히 증가하여 2008년 47.0%를 차지하였으며(Korea National Statistical Office 2008) 외식시장의 규모도 1982년 7.4조원에 비해 2006년 약 50조원으로 크게 증가하였으며 앞으로도 계속 확대될 것으로 전망된다(Hong 2008).

외식비와 외식횟수가 증가함에 따라 외식이 건강에 미치는 영향력이 점차 커짐에 따라 최근 미국은 물론 국내에서도 외식의 과다한 열량섭취가 비만이나 체중증가에 영향을 주고 있음을 보고(Clemens 등 1999; Kant & Graubard 2004; Chung 등 2006)하고 있으며 외식으로 인한 영양 불균형의 문제가 중요한 관심이 되고 있다. 따라서 건강과 올바른 식품선택을 위한 영양정보 제공의 필요성이 점차 증가하고 있고 음식이 포함하고 있는 영양성분이나 건강정보의

접수일: 2009년 7월 3일 접수
채택일: 2009년 8월 14일 채택

[†]Corresponding author: Chun-Young Sohn, Department of Food and Nutrition, DongNam Health University, 937 Jeongja-dong, Jangan-gu, Suwon-si, Gyeonggi-do 440-714, Korea
Tel: (031)249-6424, Fax: (031)249-6420
E-mail: cysohn@dongnam.ac.kr

표시를 통해 외식소비자들로 하여금 올바른 정보에 의한 음식 선택의 중요성이 강조되고 있다.

우리나라는 1995년부터 가공식품에 영양성분 표시를 의무화하여 영양성분과 함량을 확인할 수 있도록 하였으며 영양표시율은 2001년 18.7%에서 2007년 79%로 크게 증가하였으며(Kwon 등 2007) 국민들의 영양표시에 대한 인식 또한 증가하는 추세이고(Lee & Kim 2008), 가공식품의 영양표시 실태 및 활용에 대한 많은 연구(Lee 등 2002; Cho & Yu 2007; Chung & Kim 2007; Cha 등 2008)들이 진행되었다. 외국의 경우, 영양표시가 중요한 영양교육 도구의 하나이며 영양표시의 사용이 식습관 변화에 유의적인 영향을 미치며 식사-건강간 관계에 대한 신념, 태도와 영양표시 사용과의 관련성에 대한 연구(Moorman 1990; Kreuter 등 1997; Kim 등 2001)들이 이루어졌다. 그러나 우리나라의 외식관련 연구로는 대학생, 주부, 직장인의 외식 실태 및 외식행동 조사(Kwon 2003; Lee & Choi 2004; Kim & Beik 2005; Lim & Na 2008; Van 2008)가 대부분을 차지하고 있으며 영양과 건강메뉴에 대한 태도 연구(Kim 2002; Lee & Um 2004), 메뉴 영양정보에 대한 인식 연구(Kim & Chang 2003) 및 패스트푸드 업체의 영양표시제 인식 및 필요성을 분석한 연구(Chung 등 2009)가 일부 진행되었으나 아직까지 외식업체는 물론 외식소비자 또한 건강과 영양 측면의 중요성을 제대로 인식하지 못하고 있는 실정으로 외식 메뉴의 영양표시 관련 연구가 다양한 측면에서 이루어지지 못하고 있는 것이 사실이다.

이에 본 연구에서는 성인의 외식 메뉴의 영양표시에 대한 인식을 조사하고 조사대상자의 일반적인 특성과 외식행동 및 식생활 태도에 따른 차이를 분석해 봄으로써 건강한 외식문화 정착을 위한 행동변화에 중요한 수단이 될 것으로 보이는 영양표시제도 마련을 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

조사대상 및 방법

1. 조사대상 및 조사기간

본 연구는 수원시 소재 4개의 보건소(장안구, 권선구, 영통구, 팔달구)의 건강 프로그램에 참여한 수원시 거주 20세 이상의 성인을 대상으로 2009년 1월 5일부터 2월 27일까지 415명에게 설문조사를 실시하였고 응답이 불완전한 9부를 제외한 406부(이용율 97.8%)를 통계자료로 사용하였다.

2. 조사내용 및 방법

조사에 사용된 설문지는 선행된 연구(Kwon 2003; Lim & Na 2008)를 기초로 수정, 보완하여 조사대상자의 일반

적 특성 5개 문항(성별, 나이, 교육수준, 월 평균수입, 직업)과 건강상태 4개 문항(신장, 체중, 본인이 인지하는 건강상태, 의사로부터 진단받거나 현재 치료중인 질병의 유무), 외식행동 4개 문항(외식횟수, 외식종류, 한 달 평균 외식비, 외식업소 선택기준)으로 작성하였으며, 외식 메뉴 영양표시에 대한 인식 6개 문항의 Cronbach's alpha를 계산한 결과는 0.831로 내적일관성이 높은 수준이었으며 5점 리커트 척도(1: 전혀 그렇지 않다, 2: 그렇지 않다, 3: 그저 그렇다, 4: 그렇다, 5: 매우 그렇다)를 이용하였다. 또한 식생활 태도는 선행연구(Lee 1986)를 이용하였으며 식사태도 4문항, 반찬의 조화 11문항, 생활과의 조화 5문항의 총 20문항으로 구성하였다(Cronbach's $\alpha = 0.749$). 식사태도, 반찬의 조화 문항(1~15번)은 하루에 '1끼 미만'은 0점, '2끼 이하'에 3점, '3끼 이상'에 5점을 부여하고 생활과의 조화 문항(16~20번)은 일주일에 '0~2일'은 0점, '3~5일'은 3점, '5일 이상'은 5점을 부여하여 100점 만점으로 환산하여 80점 이상은 '양호', 60점~79점은 '보통', 59점 이하는 '불량'으로 평가하였다.

3. 통계분석

본 연구의 자료분석은 SPSS 14.0 package program을 이용하였다. 조사대상자의 일반적 특성과 외식행동, 식생활 태도의 평균, 표준편차, 빈도, 백분율을 산출하였고 일반적 특성, 외식행동 및 식태도에 따른 외식 메뉴의 영양표시 인식의 차이는 t-test, one-way ANOVA로 유의성을 분석하였으며 Duncan test를 이용하여 사후 검정을 실시하였다.

결 과

1. 조사대상자의 일반적인 특성

조사 대상자의 일반적인 특성은 Table 1에 제시한 것과 같다. 전체 조사대상자 406명 중 여자(61.3%)가 남자(38.7%)보다 많았으며, 연령은 50대 이상(31.8%)이 가장 많았고 20대(25.9%), 40대(24.1%), 30대(18.2%)순이었다. 교육수준은 고졸(46.1%)과 대졸(43.3%)이 거의 대부분을 차지하였고, 월수입은 200~299만원(31.0%)이 가장 많았으며 100~199만원(25.1%), 100만원 이하(21.2%)의 순이었고, 직업은 직장인(45.1%)이 가장 많았으며, 주부(21.9%), 학생(18.2%)의 순서로 나타났다. 신장과 체중을 이용하여 체질량지수(BMI)를 산출하여 대한비만학회 기준을 적용한 결과, 저체중(18.5 이하)이 6.4%였으며, 정상(18.5~23.0)은 47.5%를 차지하였으며, 과체중 및 비만(23.0 이상)이 전체의 46.1%로 비교적 높은 비

율로 나타났는데 이는 체중조절이나 운동처방을 위한 보건소 방문자들을 대상으로 한 결과로 보인다. 본인이 생각하는 건강상태는 ‘보통이다’가 전체의 61.5%로 가장 많았으며 ‘건강하다’가 27.8%였으며 ‘좋지 못하다’는 10.7%로 비교적 적은 것을 알 수 있었다. 의사로부터 진단받거나 현재 치료중인 질병이 ‘없다’는 응답이 전체의 69.2%로 대부분을 차지하였으며 ‘있다’가 30.8%였는데 질병의 분포를 살펴보면 비만(41.6%)이 가장 많았으며 심혈관계 질환(36.8%), 당뇨(8.8%), 골다공증(6.4%), 간질환(4.8%)의 순서로 식

Table 1. General characteristics of subjects

Variables	Group	N (%)
Gender	Male	157 (38.7)
	Female	249 (61.3)
Age (year)	20 – 29	105 (25.9)
	30 – 39	74 (18.2)
	40 – 49	98 (24.1)
	≥ 50	129 (31.8)
	Middle school	20 (4.9)
Education	High school	187 (46.1)
	College & University	176 (43.3)
	Graduate school	23 (5.7)
	< 100	86 (21.2)
Income/month (10,000 won)	100 – 199	102 (25.1)
	200 – 299	126 (31.0)
	300 – 399	55 (13.6)
	≥ 400	37 (9.1)
Occupation	Employed	183 (45.1)
	House wife	89 (21.9)
	Student	74 (18.2)
	Others	60 (14.8)
BMI	< 18.5	26 (6.4)
	< 23.0	193 (47.5)
	≥ 23.0	187 (46.1)
Perceived health status ^{a)}	Good	112 (27.8)
	Fair	248 (61.5)
	Poor	43 (10.7)
	No	281 (69.2)
Chronic disease	Yes	125 (30.8)
	Obesity	52 (41.6)
	Cardiovascular diseases	46 (36.8)
	Diabetes	11 (8.8)
	Osteoporosis	8 (6.4)
	Liver disease	6 (4.8)
	Others	2 (1.6)

N = 406

a) N (number of respondents) is less than 406 due to the missing values.

생활 개선과 관련된 질환이 많은 것을 알 수 있었다.

2. 조사대상자의 외식행동

조사 대상자의 외식행동은 Table 2에 나타내었다. 외식횟수는 한 달에 2~3회(31.1%)가 가장 많았으며 일주일에 1~2회(25.4%), 한 달에 1회 미만(15.0%)의 순이었다. 외식종류는 한식(75.1%)이 가장 높았고 양식(10.6%), 중식(5.7%), 패스트푸드(4.4%), 일식(4.2%)의 순으로 외식의 기호가 점차 다양해지고 있음을 알 수 있었다. 외식비는 10만원 미만(50.2%)이 가장 많았고 10~20만원(39.2%), 20~30만원(7.4%), 30만원 초과(3.2%)로 나타났다. 외식업소 선택시 가장 고려하는 기준은 맛(64.3%)이었으며 두 번째로는 영양(12.3%)을 중요하게 생각하는 것으로 나타났다. 다음은 가격(10.6%), 분위기(4.9%), 위생(3.5%)의 순서로 나타났다.

3. 조사대상자의 식생활 태도

조사대상자의 식생활태도 조사 결과를 Table 3에 제시하였다. 식태도가 ‘양호’(평균 86점)인 그룹은 전체의 12.1%

Table 2. The behaviors of eating-out of the subjects

	Behavior of eating-out	N (%)
Frequency of eating-out	Rarely	48 (11.8)
	Less than 1 time/month	61 (15.0)
	2 – 3 times/month	126 (31.1)
	1 – 2 times/week	103 (25.4)
	3 – 4 times/week	46 (11.3)
Kinds of visiting restaurant frequently	More than 5 times/week	22 (5.4)
	Korean food	305 (75.1)
	Western food	43 (10.6)
	Chinese food	23 (5.7)
Eating-out expenditure / month (10,000won)	Fast food	18 (4.4)
	Japanese food	17 (4.2)
	< 10	204 (50.2)
	10 – 20	159 (39.2)
Criterion of selecting restaurants	20 – 30	30 (7.4)
	> 30	13 (3.2)
	Taste	261 (64.3)
	Nutrition	50 (12.3)
	Price	43 (10.6)
	Atmosphere	20 (4.9)
	Sanitation	14 (3.5)
	Service	9 (2.2)
	Location	7 (1.7)
	Amount	2 (0.5)

N = 406

Table 3. Dietary attitudes scores of the subjects

Dietary attitudes ¹⁾	Mean ± SD	N (%)
Good	86.37 ± 5.02	49 (12.1)
Fair	69.31 ± 5.71	173 (42.6)
Poor	44.54 ± 9.78	184 (45.3)

N = 406

1) Good: scoring beyond 80, Fair: scoring 60 – 79, Poor: scoring 0 – 59

로 높지 않은 것으로 나타났으며, ‘보통’(평균 69점)은 42.6%였으며 개선의 필요성이 있는 ‘불량’(평균 45점)도 45.3%로 비교적 높은 비율을 보였다.

4. 외식 메뉴의 영양표시에 대한 인식

외식 메뉴의 영양표시에 대한 인식을 조사한 결과를 Table 4에 나타내었다. 외식 메뉴의 영양표시 필요성(3.89)에 대해서는 높게 인식하고 있는 반면 현재 영양표시의 제공이 충분하다(2.26)고 생각하는 정도는 낮아 메뉴의 영양표시에 대한 소비자들의 요구가 크다는 것을 알 수 있으며, 영양표시가 체중관리에 도움을 준다(3.75), 건강한 식생활에 도움이 된다(3.87), 메뉴 선택에 영향을 준다(3.61)에 대한 인식이 높은 것으로 나타나 소비자들은 영양표시가 올바른 식생활 관리를 통한 건강유지에 도움을 줄 것으로 기대하고 있음을 알 수 있었다. 영양표시는 영양정보를 제공하여 건강한 식생활을 위한 중요한 교육 도구가 되므로 건강한 외식을 유도하기 위한 방안으로 활용될 수 있을 것으로 보이며 특히 영양표시를 실시하는 외식업소의 재방문 의사(3.82)가 높은 것으로 나타나 외식업체에서는 영양표시가 중요한 마케팅 수단일 수 있을 것으로 생각된다.

5. 일반적 특성에 따른 외식 메뉴의 영양표시에 대한 인식

외식 메뉴 영양표시에 대한 인식을 조사대상자의 일반적 인 특성에 따라 분석한 결과는 Table 5와 같다. 교육수준, 월 평균수입, 직업, 비판도 및 본인이 인지한 건강상태에 따른 차이는 없었으나 성별, 연령, 질병유무에 따라서는 유의적인 차이가 있는 것으로 나타났다. 외식 메뉴의 영양표시 필요성은 여자(4.00)가 남자(3.71)에 비해 높았고($p < 0.01$), ‘메뉴선택에 영향을 준다’($p < 0.05$), ‘건강한 식생활에 도움이 된다’($p < 0.001$), ‘영양표시 업소 재방문 의사’($p < 0.001$) 또한 여자가 높은 결과를 보여 남자에 비해 여자가 영양표시에 대한 인식이 유의적으로 높은 것을 알 수 있었다. 연령별로는 ‘메뉴를 선택하는데 영향을 준다’($p < 0.05$), ‘영양표시 업소 재방문 의사’($p < 0.05$)가 유의적인 차이를 보였으며 50대 이상이 영양표시에 대한 인식이 높은 것으로 나타나 연령이 높아질수록 건강에 대한 관심이 많아

Table 4. Perception scale of the nutrition labeling of restaurant menus

Contents	Mean ± SD ¹⁾
Nutrition labeling on restaurant menus is necessary	3.89 ± 0.89
Nutrition labeling has an effect on selecting menus	3.61 ± 0.87
Nutrition labeling helps me to manage weight control	3.75 ± 0.87
Restaurant provides enough nutrition information	2.26 ± 0.98
Nutrition labeling of restaurant helps me in health dietary life	3.87 ± 0.73
I will visit the restaurant again that provides nutrition labeling	3.82 ± 0.82

N = 406

1) 5 point Likert scale of which 1 = very disagree and 5 = very agree

지는 것을 알 수 있었으며 질병이 있는 경우 영양표시가 메뉴 선택에 영향을 주는 것($p < 0.05$)으로 나타났으나 질병의 종류에 따른 차이는 없었다.

6. 외식행동에 따른 외식 메뉴 영양표시에 대한 인식

조사 대상자의 외식행동 즉, 외식횟수, 외식종류와 외식업소 선택기준에 따라 영양표시에 대한 인식 차이를 분석한 결과를 Table 6에 제시하였다. ‘외식 영양표시 필요성’($p < 0.05$)과 ‘영양표시 업소 재방문 의사’($p < 0.05$)는 외식횟수에 따라 유의적인 차이가 있었다. 또한 ‘영양표시 업소 재방문 의사’($p < 0.05$)는 외식종류에 따라서도 유의적인 차이를 보였으며 한식인 경우 그 인식정도가 높아 앞으로 한식에서도 영양표시 실시에 대한 체계적인 연구와 방안 마련이 필요할 것으로 사료된다. 외식업소 선택기준에 따른 차이를 보면, ‘영양표시의 필요성’($p < 0.01$), ‘체중조절에 도움이 된다’($p < 0.05$), ‘건강한 식생활에 도움이 준다’($p < 0.05$), ‘영양표시 업소 재방문 의사’($p < 0.001$)는 유의적인 차이가 있었으며 맛을 선택기준으로 하는 경우에 비해 영양을 우선 고려하는 경우가 영양표시에 대한 인식이 전반적으로 높은 것을 알 수 있었다.

7. 식생활 태도에 따른 외식 메뉴 영양표시에 대한 인식

조사대상자의 식태도에 따른 영양표시 인식의 차이를 분석한 결과를 Table 7에 제시하였다. 식태도가 좋을수록 외식 메뉴의 영양표시에 대한 인식이 전체적으로 높은 것으로 나타났는데 ‘영양표시가 건강한 식생활에 도움이 된다’(4.12)가 가장 높았으며 다음은 ‘영양표시의 필요성’(4.08)이었고 ‘영양표시 업소의 재방문 의사’(4.00)의 순으로 높은 수준을 나타내었다. 식태도에 따른 외식 영양표시 인식의 차이를 살펴보면 ‘영양표시의 필요성’($p < 0.05$), ‘체중조절에 도움이 준다’($p < 0.01$), ‘건강한 식생활에 도움이 된다’($p <$

Table 5. The difference of perception on the nutrition labeling by gender, age and chronic disease

	Gender			Age				F value	Chronic disease		t value
	Male (N = 157)	Female (N = 249)	t value	20 – 29 (N = 105)	30 – 39 (N = 74)	40 – 49 (N = 98)	≥ 50 (N = 129)		Yes (N = 125)	No (N = 281)	
Nutrition labeling on restaurant menus is necessary	3.71 ± 0.94	4.00 ± 0.84	8.263** ¹⁾	3.90 ± 1.02	3.78 ± 0.97	3.79 ± 0.79	4.02 ± 0.78	1.677	3.90 ± 0.88	3.88 ± 0.90	0.440
Nutrition labeling has an effect on selecting menus	3.46 ± 0.93	3.70 ± 0.82	6.321*	3.44 ± 0.96 ^a	3.70 ± 0.92 ^{ab}	3.51 ± 0.83 ^{ab}	3.77 ± 0.78 ^b	3.524*	3.74 ± 0.84	3.56 ± 0.88	3.600*
Nutrition labeling helps me to manage weight control	3.65 ± 0.88	3.81 ± 0.86	1.230	3.68 ± 0.98	3.84 ± 0.88	3.68 ± 0.82	3.81 ± 0.80	0.878	3.85 ± 0.82	3.71 ± 0.88	1.580
Restaurant provides enough nutrition information	2.20 ± 0.98	2.30 ± 0.97	0.004	2.36 ± 1.09	2.16 ± 0.83	2.37 ± 1.02	2.15 ± 0.91	1.605	2.30 ± 1.05	2.23 ± 0.94	2.318
Nutrition labeling of restaurant helps me in health dietary life	3.75 ± 0.79	3.96 ± 0.68	14.775***	3.84 ± 0.82	3.88 ± 0.76	3.76 ± 0.72	4.00 ± 0.63	2.090	3.89 ± 0.71	3.87 ± 0.74	0.304
I will visit the restaurant again that provides nutrition labeling	3.69 ± 0.92	3.96 ± 0.74	12.947***	3.67 ± 0.98 ^a	3.88 ± 0.76 ^{ab}	3.77 ± 0.76 ^{ab}	3.97 ± 0.73 ^b	2.817*	3.89 ± 0.87	3.80 ± 0.80	0.211

1) Duncan test executed for multiple comparisons

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

Table 6. The difference of perception on the nutrition labeling by frequency of eating out, kinds of visiting restaurant and criterion of selecting restaurants

	Frequency of eating-out						F value
	Rarely (N = 48)	Less than 1 time/month (N = 61)	2 – 3 times/ month (N = 126)	1 – 2 times /week (N = 103)	3 – 4 times/ week (N = 46)	More than 5 times/week (N = 22)	
Nutrition labeling on restaurant menus is necessary	3.65 ± 0.98 ^{ab1)}	3.82 ± 0.96 ^{ab}	4.02 ± 0.78 ^{ab}	3.76 ± 0.85 ^a	4.02 ± 1.04 ^{ab}	4.18 ± 0.73 ^b	2.555*
Nutrition labeling has an effect on selecting menus	3.48 ± 0.99	3.52 ± 0.91	3.78 ± 0.79	3.54 ± 0.83	3.57 ± 0.96	3.55 ± 0.96	1.437
Nutrition labeling helps me to manage weight control	3.56 ± 0.90	3.79 ± 0.80	3.75 ± 0.85	3.77 ± 0.84	3.76 ± 1.00	3.96 ± 0.95	0.723
Restaurant provides enough nutrition information	2.31 ± 1.06	2.36 ± 1.00	2.29 ± 0.99	2.11 ± 0.85	2.37 ± 1.02	2.18 ± 1.14	0.825
Nutrition labeling of restaurant helps me in health dietary life	3.73 ± 0.76	3.87 ± 0.74	3.95 ± 0.66	3.84 ± 0.73	3.96 ± 0.82	3.77 ± 0.87	0.925
I will visit the restaurant again that provides nutrition labeling	3.50 ± 0.95 ^a	3.90 ± 0.79 ^b	3.95 ± 0.71 ^b	3.80 ± 0.81 ^{ab}	3.67 ± 0.92 ^{ab}	4.00 ± 0.76 ^b	2.834*

	Kinds of visiting restaurant					F value
	Korean Food (N = 305)	Western Food (N = 43)	Chinese Food (N = 23)	Fast Food (N = 18)	Japanese Food (N = 17)	
Nutrition labeling on restaurant menus is necessary	3.92 ± 0.87	3.88 ± 0.88	3.61 ± 0.99	4.13 ± 0.89	3.65 ± 1.11	1.251
Nutrition labeling has an effect on selecting menus	3.64 ± 0.88	3.51 ± 0.86	3.48 ± 0.90	3.69 ± 0.79	3.47 ± 0.87	0.512
Nutrition labeling helps me to manage weight control	3.76 ± 0.85	3.72 ± 0.96	3.65 ± 1.03	4.06 ± 0.77	3.53 ± 0.72	0.895
Restaurant provides enough nutrition information	2.27 ± 0.98	2.28 ± 0.88	2.17 ± 0.89	2.31 ± 1.08	1.94 ± 1.14	0.519
Nutrition labeling of restaurant helps me in health dietary life	3.89 ± 0.72	3.84 ± 0.75	3.91 ± 0.90	3.88 ± 0.62	3.76 ± 0.75	0.165
I will visit the restaurant again that provides nutrition labeling	3.90 ± 0.77 ^a	3.56 ± 0.98 ^b	3.65 ± 1.07 ^a	3.63 ± 0.72 ^a	3.59 ± 0.80 ^a	2.463*

	Criterion of selecting restaurants								F value
	Taste (N = 261)	Nutrition (N = 50)	Price (N = 43)	Atmosphere (N = 20)	Sanitation (N = 14)	Service (N = 9)	Location (N = 7)	Amount (N = 2)	
Nutrition labeling on restaurant menus is necessary	3.98 ± 0.82 ^a	4.00 ± 0.91 ^a	3.60 ± 0.93 ^{ab}	3.45 ± 1.05 ^{ab}	4.00 ± 0.88 ^a	3.44 ± 1.33 ^{ab}	3.00 ± 1.00 ^b	4.00 ± 1.41 ^a	3.320**
Nutrition labeling has an effect on selecting menus	3.63 ± 0.84	3.88 ± 0.76	3.49 ± 0.96	3.30 ± 1.08	3.71 ± 0.73	3.44 ± 0.88	3.14 ± 1.07	3.00 ± 2.83	1.535
Nutrition labeling helps me to manage weight control	3.77 ± 0.81 ^a	3.80 ± 0.85 ^a	3.84 ± 0.92 ^a	3.60 ± 1.10 ^a	3.86 ± 0.86 ^a	3.44 ± 1.01 ^a	3.00 ± 1.00 ^{ab}	2.00 ± 1.41 ^b	2.355*
Restaurant provides enough nutrition information	2.24 ± 0.97	2.35 ± 0.92	2.21 ± 0.89	2.05 ± 0.89	2.43 ± 1.22	2.89 ± 1.36	2.00 ± 0.58	3.00 ± 2.83	1.043
Nutrition labeling of restaurant helps me in health dietary life	3.90 ± 0.69 ^a	3.90 ± 0.78 ^a	3.88 ± 0.70 ^a	3.95 ± 0.94 ^a	3.71 ± 0.61 ^a	3.67 ± 0.87 ^{ab}	3.57 ± 0.98 ^{ab}	2.00 ± 1.41 ^b	2.392*
I will visit the restaurant again that provides nutrition labeling	3.83 ± 0.78 ^{bc}	4.10 ± 0.67 ^c	3.80 ± 0.74 ^{bc}	3.70 ± 1.13 ^{bc}	3.93 ± 0.62 ^{bc}	3.78 ± 0.97 ^{bc}	3.14 ± 1.21 ^b	1.00 ± 0.00 ^a	5.214***

1) Duncan test executed for multiple comparisons

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

Table 7. The difference of perception on the nutrition labeling by dietary attitudes

	Good (N = 49)	Fair (N = 173)	Poor (N = 184)	F value
Nutrition labeling on restaurant menus is necessary	4.08 ± 0.93	4.01 ± 0.86	3.78 ± 0.90	2.841* ¹⁾
Nutrition labeling has an effect on selecting menus	3.70 ± 0.87	3.69 ± 0.87	3.51 ± 0.87	2.111
Nutrition labeling helps me to manage weight control	3.91 ± 0.80 ^a	3.80 ± 0.79 ^b	3.59 ± 0.93 ^{ab}	6.341**
Restaurant provides enough nutrition information	2.35 ± 0.97	2.30 ± 1.03	2.20 ± 0.92	0.638
Nutrition labeling of restaurant helps me in health dietary life	4.12 ± 0.60 ^a	3.94 ± 0.67 ^{ab}	3.75 ± 0.80 ^b	6.262**
I will visit the restaurant again that provides nutrition labeling	4.00 ± 0.76 ^a	3.93 ± 0.74 ^{ab}	3.67 ± 0.89 ^b	5.832**

1) Duncan test executed for multiple comparisons

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

0.01), ‘영양표시 업소 재방문 의사’($p < 0.01$)에서 유의적인 차이가 있는 것을 알 수 있었다.

고 찰

생활수준의 향상과 소비패턴의 변화로 우리나라의 외식은 최근 들어 크게 증가하고 있는 추세이나 점점 외식으로 인한 영양불균형의 문제가 중요한 관심이 되면서 영양표시는 소비자의 외식행동을 결정하는 영양교육 도구의 하나로 개인의 식행동을 변화시키는 중요한 수단일 수 있을 것으로 생각되며 건강한 외식을 위한 영양표시제도의 마련이 필요할 것으로 여겨진다. 본 연구에서는 지역사회의 건강증진을 위한 영양교육 사업이 많이 이루어지고 있는 보건소의 건강관리 프로그램을 이용하는 성인을 대상으로 외식 메뉴의 영양표시에 대한 인식을 조사하였다. 본 연구결과, 외식횟수는 Kim & Beik (2005)의 월 2~3회(11.1%)에 비해 높은 반면, 주 1~2회(41.1%)가 오히려 낮아진 것은 외식을 직장에서의 비영리 목적의 단체급식을 제외한 상업적으로 음식을 판매하는 곳에서 사먹는 음식으로 한정하였기 때문인 것으로 생각된다. 가장 선호하는 외식종류는 한식이 가장 높았는데 이는 Lee & Choi (2004)의 연구에서 한식 69.4%, Kim & Beik (2005)의 결과 67.2%보다도 다소 높았으나 일치하는 결과를 보였다. 또한 본 연구에서는 Park & Shin (1996)의 양식(9.5%), 패스트푸드(1.7%)에 비해 증가한 것을 알 수 있었으며 중식, 일식 등 외식의 기호도 다양해지고 있음을 알 수 있었다. 외식비는 10만원 미만인 가장 많았는데 Kim (2004)의 직장인을 대상으로 한 연구에서 월 평균 외식비 10만원 이하(34.0%)가 오히려 증가한 것은 최근 직장인의 직장내 단체급식 이용이 증가한 결과로 생각된다. 외식업소 선택시 가장 고려하는 기준은 맛으로 이는 Kwon (2003)의 연구에서 맛(57.0%)이 가장 높았던 결과와 일치하였으며 영양은 아직 큰 비중을 차지하지는 못했으나 Park & Shin (1996)의 연구에서 7.9%, Park & Ahn (2001)

의 연구에서 5.4%였던 것에 비해 증가한 것으로 나타나 외식에서의 영양의 중요성이 커지고 있음을 알 수 있었다. 우리나라의 영양표시 관련 연구는 가공식품을 중심으로 한 연구(Lee & Cho 2004; Ju 등 2006; Ashley 등 2006)가 많이 진행되었으며 외식의 영양표시는 패스트푸드점을 대상으로 한 Chung 등(2009)의 연구가 있으나 아직 다양한 연구가 이루어지지 못한 실정이며 외식행동과 식태도에 따른 차이를 규명한 연구는 거의 없다고 할 수 있다. 본 연구에서는 외식의 영양표시 필요성은 높게 인식하고 있는 반면 현재 영양표시 제공이 충분하다고 생각하는 정도는 낮아 외식의 영양표시에 대한 소비자들의 요구가 크다는 것을 알 수 있었으며, 영양표시가 체중관리에 도움을 준다, 건강한 식생활에 도움이 된다, 메뉴 선택에 영향을 준다는 대한 인식이 높은 것으로 나타났는데 이는 서울시를 중심으로 패스트푸드의 영양표시 사용에 대한 인식을 조사한 Chung 등(2009)의 영양표시제는 메뉴선정 및 식생활에 도움을 준다고 한 결과와도 일치하는 것으로 소비자들은 영양표시가 올바른 식생활관리를 통한 건강유지에 도움을 줄 것으로 기대하고 있음을 알 수 있었다. 영양표시는 영양정보를 제공하여 건강한 식생활을 위한 중요한 교육 도구가 되므로 건강한 외식을 유도하기 위한 방안으로 활용될 수 있을 것으로 보이며 특히 영양표시를 실시하는 곳의 재방문 의사가 높게 나타나 앞으로 외식업체에서는 경쟁력 확보를 위한 마케팅 방안으로 영양표시 확대 실시 방안을 마련할 필요가 있을 것으로 보인다.

외식 메뉴 영양표시에 대한 인식은 성별, 연령, 질병 유무에 따라서는 유의적인 차이가 있어 패스트푸드업체를 대상으로 한 Chung 등(2009)의 연구에서 직업, 월 소득에 따른 분석결과와는 차이가 있었다. 외식 메뉴의 영양표시 필요성은 여자가 남자에 비해 높았으며($p < 0.01$), ‘메뉴선택에 영향을 준다’($p < 0.05$), ‘건강한 식생활에 도움이 된다’, ‘영양표시 업소 재방문 의사’($p < 0.001$) 또한 여자가 높았는데 이는 Chung 등(2009)의 연구결과와 일치하였으며, 여자가 남자보다 식행동 실천의지가 강하다는 Hong 등

(2008)의 연구와도 유사한 결과임을 알 수 있었다. 연령별로는 ‘메뉴를 선택하는데 영향을 준다’, ‘영양표시 업소 재방문 의사’(p < 0.05)가 유의적인 차이를 보였으며 50대 이상에서 영양표시에 대한 인식이 높은 것으로 나타나 연령이 높아질수록 건강에 대한 관심이 많아지고 식행동 실천의지가 높아지는 것을 알 수 있었으나, 40대가 가장 인식이 높은 것으로 나타난 Chung 등(2009)의 연구결과와는 차이가 있었으며 Burton & Andrews (1996)는 연령이 증가할수록 영양표시에 대한 이해도가 떨어져 사용 가능성이 낮아진다고 하여 영양표시 방안 마련시 이해도 증가를 위해 연령이 고려되어야 할 것으로 생각된다. 질병이 있는 경우 영양표시가 메뉴 선택에 영향을 주는 것으로 나타났으며 본인이 인지하는 건강상태나 질병의 종류에 따른 차이는 없어 Hong 등(2008)의 연구와 유사한 결과를 나타내었다. 또한 이러한 결과는 Albright 등(1990)의 연구에서 남성보다는 여성이, 연령이 높아질수록 레스토랑 메뉴의 영양정보가 제공되는 것을 중요하게 생각한다는 결과와 유사한 결과임을 알 수 있었다. 또한 ‘외식 영양표시 필요성’, ‘영양표시 업소 재방문 의사’(p < 0.05)는 외식횟수에 따른 차이가 있었으며 외식횟수가 많을수록 영양표시를 중요하게 생각하는 것은 Hong 등(2008)의 월 4회 이상에서와 같은 결과였으며 ‘영양표시 업소 재방문 의사’(p < 0.05)는 외식종류에 따라서도 유의적인 차이를 보였으며 한식인 경우 그 인식정도가 높아 앞으로 한식에서도 영양표시 실시에 대한 체계적인 연구와 방안 마련이 필요할 것으로 사료된다.

외식업소 선택기준에 따른 차이를 보면, 영양을 우선 중요시 하는 경우에 ‘영양표시의 필요성’(p < 0.01), ‘체중조절에 도움이 된다’(p < 0.05), ‘건강한 식생활에 도움을 준다’(p < 0.05), ‘영양표시 업소 재방문 의사’(p < 0.001)는 유의적인 차이가 있는 것으로 나타나 외식 메뉴의 영양표시는 외식업소 선택에 영향을 주는 요인으로 식행동 실천의 중요한 교육도구가 될 수 있을 것으로 생각된다. Lee & Kim(2008)은 영양교육에 있어서도 단순한 영양지식의 전달만으로는 실제적인 행동 변화를 하기에는 한계가 있으므로 태도와 인지의 변화가 우선 고려되어야 한다고 강조하였으며 Oh 등(2001)은 교육의 효과를 높이기 위해서는 대상자들의 행동 변화 단계를 파악하여 각 단계에 맞는 영양교육의 실시가 중요함을 지적하였다. 식태도에 따른 메뉴 영양표시의 인식은 ‘영양표시의 필요성’(p < 0.05), ‘체중조절에 도움을 준다’(p < 0.01), ‘건강한 식생활에 도움이 된다’, ‘영양표시 업소 재방문 의사’(p < 0.01)에서 유의적인 차이가 있었다. 또한 식태도가 좋을수록 영양표시 인식 수준이 전체적으로 높은 것으로 분석되었는데 이는 식태도가 좋을수록 영

양표시 확인정도가 높아 영양표시가 식태도 변화에 영향을 줄 수 있다고 한 Cho & Yu(2007)의 연구와 유사한 결과로 볼 수 있다. 따라서 영양표시는 식태도와 관련성이 높다고 할 수 있으며 식태도 변화와 향상을 통한 소비자들의 외식행동에 영향을 줄 수 있을 것으로 사료되므로 외식 메뉴의 영양표시를 통한 건강한 외식문화의 정착을 위해서는 영양표시의 활용을 통한 식태도 개선에 효과적인 교육이 이루어져야 할 것으로 보인다.

요약 및 결론

외식의 증가로 인한 섭취과다와 영양불균형이 심각한 문제로 지적되면서 외식소비자들에게 영양성분이나 건강정보의 표시를 통해 올바른 정보에 의한 음식 선택의 중요성이 강조되고 있다. 이에 본 연구는 외식문화 정착을 위한 영양표시제도 방안 마련의 기초자료를 제공하고자 2009년 1월 5일부터 2월 27일까지 수원시 거주 20세 이상의 성인을 대상으로 외식 메뉴의 영양표시에 대한 인식을 설문조사하였고, SPSS 14.0 package program을 이용하여 일반적인 특성, 외식행동 및 식태도에 따른 차이를 분석하였다.

본 연구의 결과는 다음과 같다.

첫째, 외식 메뉴의 영양표시 필요성은 여자가 남자에 비해 높았고, ‘메뉴선택에 영향을 준다’(p < 0.05), ‘건강한 식생활에 도움이 된다’(p < 0.001), ‘영양표시 업소 재방문 의사’(p < 0.001) 또한 여자가 높았으며, 연령별로는 50대 이상, 그리고 질병이 있는 경우가 메뉴 선택에 영양표시가 영향을 주는 것으로 나타났다.

둘째, ‘외식 영양표시의 필요성’과 ‘영양표시 업소 재방문 의사’는 외식횟수가 많을수록(p < 0.05), ‘영양표시 업소 재방문 의사’의 외식종류(p < 0.05)에 따른 차이에서는 한식이 높은 결과를 보였다. 외식시 영양을 우선 고려하는 경우가 ‘영양표시의 필요성’(p < 0.01), ‘체중조절에 도움이 된다’(p < 0.05), ‘건강한 식생활에 도움을 준다’(p < 0.05), ‘영양표시 업소 재방문 의사’(p < 0.001)에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

셋째, 식태도가 좋을수록 ‘영양표시의 필요성’(p < 0.05), ‘체중조절에 도움을 준다’(p < 0.01), ‘건강한 식생활에 도움이 된다’(p < 0.01), ‘영양표시 업소 재방문 의사’(p < 0.01)의 인식 정도가 높은 것으로 나타나 건강한 외식을 위한 행동변화를 위해서는 식태도의 개선이 우선되어야 할 것으로 보이며 영양표시를 통한 효과적인 영양교육이 필요할 것으로 보인다.

따라서 외식소비자들은 영양표시의 필요성에 대한 인식이

높고 영양표시가 체중관리와 건강한 식생활 및 메뉴 선택에 영향을 주어 올바른 식생활 관리를 통한 건강유지에 도움을 줄 것으로 기대하고 있음을 알 수 있었으며, 일반적 특성, 외식행동, 식태도에 따라 차이가 있는 것으로 분석되었다. 이러한 결과는 영양적인 균형과 건강한 외식을 위한 효과적인 영양표시 방안 마련에 도움이 될 것으로 생각되며 영양표시 실시 업체의 재방문 의사가 높게 나타나 앞으로 외식업체는 건강정보 제공을 위한 영양표시 실시를 위한 검토가 있어야 할 것으로 생각된다. 본 연구가 특정지역을 대상으로 하여 조사대상의 범위를 확대한 후속연구가 필요할 것으로 여겨지며 외식시 한식의 선호도가 높은 것을 고려하여 한식의 영양표시에 대한 체계적이고 다양한 연구가 이루어져야 할 것으로 사료된다.

참 고 문 헌

- Albright CL, Flora JA, Fortmann SP (1990): Restaurant menu labeling : Impact of nutrition information on entree sales and patron attitudes. *Health Education Quarterly* 17(2): 157-167
- Ashley M, Patricia B, Nayga R, Pierre C, Robert L, Gloeckner J (2006): French consumers' use of nutrition labels. *Nutrition & Food Sci* 26(3): 159-168
- Burton S, Andrews JC (1996): Age, product nutrition, and label format effects on consumer perceptions and product evaluations. *J Consum Aff* 30(1): 68-89
- Cha YS, Choi OS, Rho JO (2008): A study on the purchase patterns of processed foods and perception of school dietitians on nutrition labelling in Chonbuk area of Korea. *Korean J Food & Nutr* 2(1): 87-96
- Cho SH, Yu HH (2007): Nutrition knowledge, dietary attitudes, dietary habits and awareness of food-nutrition labelling by girl's high school students. *Korean J Community Nutr* 12(5): 519-533
- Chung HJ, Cheon HS, Kwon KI, Kim JY, Yoo KS, Lee JH, Kim JW, Park HK, Kim SH, Hong SM (2009): The recognition and requirement of nutrition labeling in fast-food restaurants. *Korean J Nutr* 42(1): 68-77
- Chung JY, Kim MJ (2007): Using and understanding of nutrition labels and related factors among female adults in the Seoul area. *Korean J Community Nutr* 12(4): 417-425
- Chung SJ, Kang SH, Song SM, Ryu SH, Yoon J (2006): Nutritional quality of Korean adults' consumption of lunch prepared at home, commercial places, and institutions : Analysis of the data from the 2001. National Health and Nutrition Survey. *Korean J Nutr* 39(8): 841-849
- Clemens LHE, Slawson DL, Klesges RC (1999): The effect of eating-out on quality of diet in premenopausal women. *J Am Diet Assoc* 99(4): 442-444
- Hong KE, Kang YW, Joung HY (2008): An analysis of consumers' needs and practice willingness for the health promotion program in restaurant industry among Seoul residents. *Korean J Nutr* 41(4): 365-373
- Hong KW (2008): Food Service Industry, pp.226, Daewang Publishing Co., Seoul
- Hong WS (2003): Confronting strategy of foodservice industry to a changing environment. *Korean J Food & Nutr* 16(3): 235-256
- Ju NM, Yoon JY, Kim OS, Park SH, Ko YJ, Kim JY (2006): A study on the awareness of female-consumers for nutrition labeling system. *Korean J Food Culture* 21(2): 209-215
- Kant AK, Graubard BI (2004): Eating-out in America, 1987-2000 : Trends and nutritional correlates. *Prev Med* 38(2): 243-249
- Kim DH, Beik GY (2005): A study on the eating-out behavior of city workers(I)-The relationship between general characteristics and eating-out behavior-. *Korean J Food & Nutr* 18(3): 241-253
- Kim SY (2004): Factors influencing salaried employees' choice of a restaurant in JinJu. *Korean J Food Culture* 19(1): 83-93
- Kim SY, Nayga RM, Capps O (2001): Food label use, self-selectivity, and diet quality. *J Consum Aff* 35(2): 246-363
- Kim TH (2002): Family restaurant patrons' attitudes toward nutrition & healthy menus. *Korean J Food Culture* 17(5): 629-637
- Kim TH, Chang HJ (2003): Family restaurant patrons' perception on nutrition information of restaurant menus. *Korean J Food Culture* 18(3): 270-278
- Korea National Statistical Office (2008): Korean Statistical Information Service: An Investigation of Consumer Prices. <http://www.kosis.kr> accessed: May 14, 2009
- Kreuter MW, Brennan LK, Sharff DP, Lukwago SN (1997): Do nutrition label readers eat healthier diets? Behavioral correlates of adults' use of food labels. *Am J Prev Med* 13(4): 277-283
- Kwon KL, Park SH, Lee JH, Kim JY, You KS, Kim SY, Sung HN, Nam HS, Kim JW, Lee HY, Park HK, Kim MC (2007): Prevalence of nutrition labeling and claims on processed, and packaged foods. *Korean J Community Nutr* 12(2): 206-213
- Kwon SH (2003): The relationship between general characteristics and eating-out behaviors of industrial workers. *J East Asian Soc Dietary Life* 13(6): 501-513
- Lee HJ, Chung HR, Jang YA (2002): A study on the current nutrition labelling practices for processed foods. *Korean J Community Nutr* 7(4): 585-594
- Lee HY, Kim MK (2008): Dietary behavioral correlates of nutrition label use in Korean women. *Korean J Nutr* 41(8): 839-850
- Lee IS, Choi BS (2004): A study on dining-out behaviors of community for marketing strategy of local food service industry. *Korean J Community Nutr* 9(2): 214-224
- Lee JR, Um YH (2004): A study of attitudes toward healthy menu. *Korean J Culinary Res* 10(2): 16-29
- Lee KJ, Cho YH (2004): Consumer's recognition and using state about food-nutrition labeling system among twenties. *J East Asian Soc Diet Life* 14(1): 54-63
- Lee YM (1986): The study of eating behavior and value evaluation of food in urban adolescents. ph. D. thesis, Yonsei University
- Lim YH, Na MI (2008): A survey on dining-out behaviors and food habits of housewives in Daejeon. *Korean J Food Culture* 23(1): 1-9
- Moorman C (1990): The effects of stimulus and consumer characteristics on the utilization of nutrition information. *J Consum Rec* 17(3): 362-374
- Na JG (1998): An inquiry in the background growth of the food-

- service industry. *Tourism Management* 3(3): 115-137
- Oh SY, Cho MR, Kim JC, Cho YY (2001): Comparison of nutritional status and beliefs on health behavior regarding stages of change in dietary fat reduction among Korean men and women. *Korean J Nutr* 34(2): 222-229
- Park GS, Shin YJ (1996): A study of dining-out behaviors of businessmen in urban regions. *Korean J Soc Food Sci* 12(1): 13-19
- Park JW, Ahn SJ (2001): A comparative study on Korean's dining-out behaviors classified by age and gender. *Korean J Food Culture* 16(4): 276-295
- Van JW (2008): A study on eating-out behaviors by cluster analysis according to the lifestyle of female consumers in Seoul. *Korean J Food Culture* 23(3): 377-387
- Yu JL, Park DY (2002): Korean families' eating-out behaviors in relation to family life cycle. *Korean J Community Nutr* 7(2): 188-198