

초등학생의 TV 시청 및 인터넷 이용 실태와 식습관의 관련성 연구 - 광주·전남 일부지역을 중심으로 -

조아라¹ · 길진모^{2*}

¹호남대학교 교육대학원 영양교육전공, ²호남대학교 조리영양학부

Relationship of TV Watching, Internet Usage and Dietary Habits of Elementary School Children in Gwangju and Jeonnam Area

A Ra Jo¹, Jinmo Khil^{2*}

¹Department of Nutrition Education, Graduate School of Education Honam University

²Division of Culinary Art and Nutrition, Honam University

Abstract

This study was conducted to examine the relationship between dietary habits and time spent watching TV and using internet, in elementary school children. The data were collected by a questionnaire survey of 712 elementary school children, within Gwangju and Jeonnam area. The SPSS 12.0/win program was used to analyze the 523 samples. Amount of TV-watching time was found to be related to the dietary habit score in the subjects. The children who watch TV "less than 1 hour/day" on weekdays had a better dietary habit score than those who watch TV "more than 1 hour" ($p < 0.0001$). The children who watch TV "less than 2 hours/day" on weekends had a better dietary habit than the children who watch TV "more than 2 hours/day" ($p < 0.0001$). The internet usage was also related to the dietary habit score in these children: those who use internet "less than 1 hour/day" on weekdays had a better dietary habit score than the children who use internet "more than 2 hours/day" ($p < 0.0001$). The children who use internet "less than 2 hours/day" on weekends had a better dietary habit score than the children who use internet "more than 2 hours/day" ($p < 0.0001$). These results indicate that the children tend to have a better diet when their TV and internet time is limited and thus healthy dietary behavior is negatively associated with a sedentary pattern of activity in elementary school children.

Key Words: elementary school children, TV watching, internet usage, dietary habits

1. 서 론

현대 사회에서는 핵가족화로 가족 수가 감소하고 취업 여성의 증가로 맞벌이 부모가 증가하고 있으며 도시화로 인해 외식 비율, 어린이 학원 활동 등이 증가하고 있고 하루가 다르게 그 변화가 더욱 크게 나타나고 있다(Kim 등 2003). 게다가 주5일제 근무 시행에 따라 가정과 사회의 여가 형태가 변하고 있으며 점차 확대되어가는 주5일 수업제로 인해 초등학생들의 여가 시간이 늘어나고 있다.

2004년 생활시간 조사 결과에 의하면 만 10세 이상 학생의 여가시간은 4시간 39분으로 미디어 이용(1시간 43분)이나 취미활동 등(1시간 28분)으로 대부분의 시간을 보냈고, 5년 전에 비해 컴퓨터 이용관련 여가의 증가로 여가시간이 10분 늘어난 것으로 나타났고(Korea National Statistical Office 2005), 여가활동 시 TV 시청과 컴퓨터 이용이 높은

순위를 차지하는 조사들이 있다(Yang 2004; Choi 2005; Ji 2006). 이와 같이 아동들의 여가 활용 시 중요한 부분을 차지하는 TV 시청과 인터넷 이용은 대부분의 시간을 앞서 보내는 정적인 활동을 유발하게 되고, 이러한 정적인 신체 활동, 즉 야외 활동의 부족과 관련된 생활 습관은 청소년기를 거쳐 성인기까지 이어져 비만과 같은 여러 만성질환을 발생시키는 위험 요인으로 지적되고 있다. 신장에 대한 허리둘레비가 TV 시청시간이 많을수록 높았고(Yoon 2002) 여학생이 남학생에 비해 신체활동이 정지된 상태일 경우 무의식적으로 먹는 비율이 많은 것으로 나타난 연구결과가 있다(Sung 2003). 또한 한 연구에서는 TV 시청과 식행동이 관련이 있다는 것을 보여주었는데, TV 시청이 식습관을 변화시키고 에너지 섭취의 증가를 이끌 뿐만 아니라 TV를 시청하는 동안에 아이들이 먹게 되는 음식의 종류가 고열량인 경우가 많기 때문에 전체적인 에너지 섭취에 깊이 영향을 끼

*Corresponding author: Jinmo Khil, Division of Culinary Art and Nutrition, Honam University, 330 Eodeungno, Gwangsan-gu, Gwangju, Korea
Tel: 82-62-940-5412 Fax: 82-62-940-5647 E-mail: jkhill@honam.ac.kr

친다고 하였다(Temple 등 2007).

TV 시청 시 발생하는 식습관 관련 문제와 마찬가지로, 인터넷을 장시간 이용하는 인터넷 중독자들의 경우 인터넷에 접속한 시간을 정확히 인지하지 못하기 때문에 불규칙한 식사를 하게 되고 영양실조에 걸리기도 하며 반대로 체중 증가의 위험도 있는 등의 식생활 관련 문제점을 보여주는 연구결과도 있다(Cho 2002). 또한 2006년 12월 현재 만6세 이상 인구 74.8%(전년대비 2.0%p 증가)가 최근 1개월에 인터넷을 이용한 것으로 나타났으며 인터넷 이용자는 34,120,000명(전년대비 1,110,000명 증가)으로 추정하였다(National Internet Development Agency Of Korea 2007). 이와 같이 인터넷을 이용하는 인구의 저변확대가 급격히 이루어지고 있으며 이는 청소년뿐만 아니라 아동들의 인터넷 이용 실태도 매우 증가하고 있는 실정을 나타낸다.

특히 아동기는 기본적인 식습관이 형성되는 시기로서 이때 형성된 식습관은 일생을 통하여 쉽게 바뀌지 않고, 성인이 된 후의 영양 및 건강상태에도 중요한 영향을 미칠 뿐 아니라 그 개인의 정서적·지적 발달, 가치관 등 모든 것에 영향을 미친다고 하여(Kang & Kim 2003) 이러한 매체의 영향력은 더욱 클 것으로 예상된다. 성장기인 학령기의 영양은 아동의 영양적 특성을 고려하여 양질의 단백질, 칼슘, 철, 비타민 등을 충분히 함유하는 균형식, 적당한 운동과 휴식의 조화 또 활발한 학습활동을 뒷받침하기 위한 균형 잡힌 영양식이 기본이 되어야 한다. 무엇보다 아동기의 식습관 형성이 평생의 식습관 고착에 영향을 준다는 점을 인지하여 올바른 식습관 형성을 위해 노력해야 할 것이다(Lee 등 2006).

위에 제시한 모든 사례들을 종합해 볼 때 TV 시청 및 인터넷 이용 등의 정적인 생활 습관에 길들여진 아동들의 경우 식습관에 문제가 있음이 드러나고 있어 무엇보다 현 시점에서 초등학생들의 TV 시청 및 인터넷 이용 등의 정적인 생활 습관 실태를 알아보고 이와 관련된 식습관 양상을 파악해 봄으로써 초등학생의 바람직한 여가시간 활용 개선 방향을 제시해 볼 필요가 있다.

II. 연구내용 및 방법

1. 조사대상 및 기간

본 연구는 광주광역시 2개교, 전라남도 4개교(읍·면지역) 총 6개교 4, 5, 6학년 남·여 학생을 대상으로 하여 설문 조사하였다. 기존의 선행연구(Chun 2005; Ji 2006)를 바탕으로 설문지를 개발하였으며, 2006년 12월 16일 광주 소재 한 학급 33명과 전남 소재 세 학급 66명을 대상으로 예비 조사하여 설문지의 내용을 초등학교 고학년의 이해도에 맞춘 단어와 문장들로 수정·보완하였다. 12월 20일 광주 소재 학교는 352명을 대상으로 직접 배부하였고, 전남 소재 학교는 360명을 대상으로 우편 발송하여 본 조사에 착

수하였다. 12월 22일부터 30일까지 광주·전남 소재 조사 대상자의 설문지 712부 전량을 회수하여 기록이 부정확한 189부를 제외한 523부를 분석 자료로 사용하였다.

2. 조사내용 및 방법

설문지에 포함된 내용은 일반사항 관련 10문항, 식습관 관련 9문항, 여가활동 관련 2문항, TV 관련 5문항, 인터넷(컴퓨터) 관련 6문항 등 총 32문항으로 구성되었다. 조사방법은 각 학급 담임선생님의 지도 아래 대상자들이 직접 기입하는 방법을 이용하였다. 식습관 점수는 조사 대상자의 전체적인 식습관 양상을 점수화하여 나타낸 것이다. 본 설문지내의 바람직하지 못한 식행동 문항에 대해서 ‘매우 그렇다’에 1점, ‘그렇다’에 2점, ‘보통이다’에 3점, ‘그렇지 않다’에 4점, ‘전혀 그렇지 않다’에 5점을 부여하여 계산하였으며, 식습관 점수의 합계(총점 45점)가 높을수록 조사 대상자가 좋은 식습관 경향을 가진 것으로, 낮을수록 좋지 못한 식습관 경향을 가진 것으로 판단할 수 있도록 하였다.

3. 자료처리 및 분석

조사 결과는 SPSS 12.0 for Windows를 이용하여 분석하였다.

첫째, 조사 대상자의 일반 사항을 파악하기 위해 빈도와 백분율을 산출하였다. 둘째, 조사 대상자의 일반 사항, 식습관 양상 및 평일, 주말의 하루 평균 TV 시청 시간과 인터넷 이용 시간간의 상관관계를 알아보기 위해 교차 분석을 하여 Chi-Square test로 유의성을 검증하였다. 마지막으로 조사 대상자의 일반 사항, TV 시청 시간과 인터넷 이용 시간에 따른 식습관 점수를 알아보기 위해 성별, 지역별, 어머니 직장유무 변인에 대해서는 독립표본 T검증을 실시하였고, 그 외의 조사 대상자의 일반 사항, TV 시청 시간과 인터넷 이용 시간 변인에 대해서는 일원 분산 분석을 실시한 후 유의한 차이가 있는 경우에 Scheffe의 사후검증을 이용하여 분석하였다.

III. 결 과

1. 조사 대상자의 일반사항

조사 대상자의 특성은 <Table 1>과 같으며 지역별로는 광주광역시 소재 학생들은 아파트에 거주하는 경우(80.7%)가 가장 많았고, 전라남도 소재 학생들은 단독주택에 거주하는 경우(72.2%)가 가장 많았다. 성별로는 남학생이 여학생보다 아파트에 많이 거주하였고, 이에 비해 여학생은 단독주택에 거주하는 학생이 가장 많은 것으로 나타났다. 지역별, 성별에서 모두 절반이상이 어머니가 직장을 가지고 있는 것으로 나타났다. 광주광역시 소재 학생들의 아버지 교육수준은 대졸이상(61.7%)이 가장 많았고, 전라남도 소재 학생들의 아버지 교육수준은 고졸(61.8%)이 가장 많았다. 어머니 교육

<Table 1> General characteristics of the subjects

N(%)

		Area		Sex		Total
		Gwangju	Jeonnam	Boys	Girls	
House type	Apartment	213(80.7)	20(7.7)	129(48.1)	104(40.8)	233(44.6)
	Private house	31(11.7)	187(72.2)	108(40.3)	110(43.1)	218(41.7)
	Tenement house	18(6.8)	27(10.4)	14(5.2)	31(12.2)	45(8.6)
	Other	2(0.8)	25(9.7)	17(6.3)	10(3.9)	27(5.2)
	Total	264(100.0)	259(100.0)	268(100.0)	255(100.0)	523(100.0)
	x ² -test ¹⁾	292.872***		10.621*		
Mother's job	None	121(45.8)	102(39.4)	115(42.9)	108(42.4)	223(42.6)
	Have	143(54.2)	157(60.6)	153(57.1)	147(57.6)	300(57.4)
	Total	264(100.0)	259(100.0)	268(100.0)	255(100.0)	523(100.0)
	x ² -test	2.225		0.17		
Father's education level	Elementary	7(2.7)	10(3.9)	16(6.0)	1(0.4)	17(3.3)
	Middle	12(4.5)	16(6.2)	14(5.2)	14(5.5)	28(5.4)
	High	82(31.1)	160(61.8)	117(43.7)	125(49.0)	242(46.3)
	=College	163(61.7)	73(28.2)	121(45.1)	115(45.1)	236(45.1)
	Total	264(100.0)	259(100.0)	268(100.0)	255(100.0)	523(100.0)
	x ² -test	60.521***		13.337**		
Mother's education level	Elementary	2(0.8)	6(2.3)	6(2.2)	2(0.8)	8(1.5)
	Middle	20(7.6)	18(6.9)	16(6.0)	22(8.6)	38(7.3)
	High	119(45.1)	165(63.7)	146(54.5)	138(54.1)	284(54.3)
	=College	123(46.6)	70(27.0)	100(37.3)	93(36.5)	193(36.9)
	Total	264(100.0)	259(100.0)	268(100.0)	255(100.0)	523(100.0)
	x ² -test	24.065***		3.105		
Personal expenses(won) /week	<1000	42(15.9)	49(18.9)	46(17.2)	45(17.6)	91(17.4)
	1000-5000	161(61.0)	135(52.1)	138(51.5)	158(62.0)	296(56.6)
	5000-10000	47(17.8)	63(24.3)	68(25.4)	42(16.5)	110(21.0)
	=10000	14(5.3)	12(4.6)	16(6.0)	10(3.9)	26(5.0)
	Total	264(100.0)	259(100.0)	268(100.0)	255(100.0)	523(100.0)
	x ² -test	5.256		8.575*		
Junk food expenses(won) /day	<500	155(58.7)	117(45.2)	146(54.5)	126(49.4)	272(52.0)
	500-1000	85(32.2)	99(38.2)	83(31.0)	101(39.6)	184(35.2)
	1000-1500	15(5.7)	25(9.7)	22(8.2)	18(7.1)	40(7.6)
	=1500	9(3.4)	18(6.9)	17(6.3)	10(3.9)	27(5.2)
	Total	264(100.0)	259(100.0)	268(100.0)	255(100.0)	523(100.0)
	x ² -test	11.827**		5.126		
Getting up time	Before 7 am	97(36.7)	113(43.7)	114(42.5)	96(37.6)	210(40.2)
	7-8 am	158(59.8)	134(51.7)	137(51.1)	155(60.8)	292(55.8)
	After 8 am	9(3.4)	12(4.6)	17(6.3)	4(1.6)	21(4.0)
	Total	264(100.0)	259(100.0)	268(100.0)	255(100.0)	523(100.0)
	x ² -test	3.573		10.383**		
Bed time	Before 10 pm	42(15.9)	97(37.5)	66(24.6)	73(28.6)	139(26.6)
	10-11 pm	101(38.3)	97(37.5)	98(36.6)	100(39.2)	198(37.9)
	After 11 pm	121(45.8)	65(25.1)	104(38.8)	82(32.2)	186(35.6)
	Total	264(100.0)	259(100.0)	268(100.0)	255(100.0)	523(100.0)
	x ² -test	38.659***		2.653		

¹⁾*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001, NS: Not significant

수준도 아버지 교육수준과 마찬가지로 광주광역시 소재 학생들의 어머니 교육수준은 대졸이상(46.6%)이 가장 많았고, 전라남도 소재 학생들의 어머니 교육수준은 고졸(63.7%)이

가장 많았다. 그러나 성별로는 남학생, 여학생 모두 거의 비슷한 분포를 나타냈다. 일주일 용돈은 전체적으로 '1천원 이상에서 5천원 미만'(56.6%)이 가장 많이 나타났다. 지역별

로는 광주광역시 소재 학생들의 일주일 용돈은 '1천원 이상에서 5천원 미만'(61.0%)이 가장 많았고, 그 다음으로 '5천원 이상에서 1만원 미만'(17.8%), '1천원 미만'(15.9%)으로 나타났다. 반면 전라남도 소재 학생들의 일주일 용돈은 광주광역시처럼 '1천원 이상에서 5천원 미만'(52.1%)이 가장 많았으나 '1천원 미만'(18.9%), '5천원 이상에서 1만원 미만'(24.3%)에서 광주광역시 보다 높은 수치를 나타냈다. 성별로는 남학생(51.5%), 여학생(62.0%) 모두 '1천원 이상에서 5천원 미만'이 가장 많았고, '5천원 이상'인 경우는 여학생보다 남학생이 많게 나타났다. 일일 균것질 비용은 '오백원 미만'(52.0%)이 가장 많았으며, 다음으로 '오백원 이상에서 일천원 미만'(35.2%)이 많았다. 광주광역시 소재 학생들의 일일 균것질 비용은 '오백원 미만'(58.7%)이 가장 많았고, 전라남도 소재 학생들은 오백원 이상에서 광주광역시 보다 많게 나타났다. 기상 시간은 전체적으로 '아침 7시에서 8시 이전'(55.8%)이 가장 많았으며, 다음으로 '아침 7시 이전'(40.2%)이 많았다. 지역별로는 광주광역시 소재 학생들은 '아침 7시에서 8시 이전'에 일어나는 경우(59.8%)가 가장 많았고, 전라남도 소재 학생들 또한 '아침 7시에서 8시 이전'에 일어나는 경우(51.7%)가 가장 많았으나, '아침 7시 이전'에 일어나는 학생들 또한 43.7%로 많게 나타났다. 취침 시간은 '밤 10시에서 11시 이전'(37.9%)이 가장 많았고, 다음으로 '밤 11시 이후'(35.6%)가 많았다. 지역별로는 광주광역시 소재 학생들은 '밤 11시 이후'에 잠드는 경우(45.8%)가 가장 많은 반면 전라남도 소재 학생들은 '밤 10시 이전'(37.5%)과 '밤 10시에서 11시 이전'(37.5%)이 많았다.

2. 조사 대상자의 특성에 따른 식습관 양상

1) 조사 대상자의 식생활 습관

조사 대상자의 식생활 습관은 <Table 2>에 제시하였다. 전체적으로는 불규칙적인 식사를 하는 경우가 22.9%로 나타났으며 남학생은 23.5%, 여학생은 22.4%로 나타났다. 과식 정도는 전체적으로는 '그렇지 않은 편이다'가 75.5%로 가장 많았다. 광주광역시(71.2%), 전라남도(79.9%), 남학생(75.7%) 그리고 여학생(75.3%) 모두 '그렇지 않은 편이다'가 가장 많았다. 편식 정도에서는 자신이 편식한다고 생각하는 학생의 비율이 전체적으로 23.7%로 나타났다. 가족과 외식정도는 전체적으로 가족과 외식을 하지 않는 편이라고 답한 학생의 비율이 64.6%로 가장 많아 지역별, 성별 모두 외식 비율이 낮은 편이었다. 간식 섭취 결과 결식 정도는 전체적으로 간식을 먹어서 식사를 거르는 편인 학생의 비율(13.8%)이 가장 적었다. 평균 식사 속도는 성별에서는 남학생의 경우 '보통이다'(67.9%)가 가장 많았고, 다음으로 '빠른 편이다'(22.4%)가 많은 반면 여학생의 경우 '보통이다'(69.4%)가 가장 많았고, 다음으로 '느린 편이다'(21.6%)가 많아 남학생이 여학생보다 식사속도가 빠른 경향을 나타냈다. 육류 선호 정도는 채소류보다 육류를 선호한다고 답한

학생은 지역별로는 광주광역시 32.2%, 전라남도 29.0%, 성별로는 남학생은 38.1%, 여학생은 22.7%로 나타났다. 인스턴트·가공 식품(과자, 아이스크림 등)을 좋아하지 않는다고 답한 학생은 전체적으로는 15.3%, 지역별로는 광주광역시 16.3%, 전라남도 14.3%, 성별로는 남학생은 16.8%, 여학생은 13.7%로 나타났다. 균것질(간식)을 좋아하지 않는 학생은 성별로는 남학생이 45.5%, 여학생이 41.6%로 나타났다.

2) 조사 대상자의 특성에 따른 식습관 점수

조사 대상자의 특성에 따른 식습관 점수는 <Table 3>에 제시하였다. 일주일 용돈이 '일천원 미만'인 학생들(27.87±4.33)이 '오천원 이상'인 학생들(26.25±4.78)보다 식습관 점수가 높았다($p < 0.05$). 일일 균것질 비용이 '오백원 미만'인 학생들(28.39±3.96)이 '천오백원 이상'인 학생들(25.37±4.54)보다 식습관 점수가 높았다($p < 0.001$). '아침 7시 이전'에 기상하는 학생들(27.67±4.51)이 '아침 7시 이후'에 기상하는 학생들(26.97±4.10)보다 식습관 점수가 높았다($p < 0.01$). '밤 10시 이전'에 취침하는 학생들(27.83±4.32)이 '밤 11시 이후'에 취침하는 학생들(26.46±4.55)보다 높은 식습관 점수를 보였다($p < 0.05$). 식사속도가 보통인 학생들(27.59±4.35)이 식사속도가 빠른 학생들(25.48±3.86)보다 식습관 점수가 높았다($p < 0.001$).

3. TV 시청 및 인터넷(컴퓨터) 이용이 식습관 양상에 미치는 영향

1) TV 시청과 식습관 양상

TV 시청 시간에 따른 식습관 점수는 <Table 4>에 제시하였다. 평일에 TV를 '1시간 미만' 시청하는 학생들(28.45±4.41)과 '1시간 이상' 시청하는 학생들(27.05±4.08) 간에 식습관 점수가 유의적인 차이가 있었으며($p < 0.001$), 평일에 TV를 짧은 시간(1시간 미만) 시청하는 학생들이 평일에 TV를 장시간(1시간~3시간 이상) 시청하는 학생들보다 높은 식습관 점수를 나타냈다. 주말에 TV를 '2시간 미만' 시청하는 학생들(27.92±4.28)과 '2시간 이상' 시청하는 학생들(26.45±4.27) 사이에도 유의적인 차이를 보였다($p < 0.001$). 주말에 TV를 단시간 시청하는 학생들이 주말에 TV를 장시간 시청하는 학생들보다 식습관 점수가 높게 나타났다.

2) 인터넷(컴퓨터) 이용과 식습관 양상

인터넷(컴퓨터) 이용 시간에 따른 식습관 점수는 <Table 5>에 제시하였다. 평일에 인터넷을 '1시간 미만' 이용하는 학생들(28.27±4.32)과 평일에 인터넷을 '2시간 이상' 이용하는 학생들(25.81±4.52)간에 유의적인 차이가 나타났다($p < 0.01$). 그러나 평일에 인터넷을 전혀 사용하지 않는 학생들의 식습관 점수와 단시간(2시간 미만) 사용하는 학생들 사이에 유의적인 차이는 나타나지 않았다. 즉, 평일 인터넷 이용을 짧은 시간(1시간 미만) 이용하는 학생들이 장

시간(2시간 이상) 이용하는 학생들보다 식습관 점수가 높았다. 주말에 인터넷을 ‘2시간 미만’ 이용하는 학생들(26,81±

4.40)과 ‘2시간 이상’ 이용하는 학생들(26,27±4,37)간에 유의적인 차이가 나타났다(p<0,05). 주말 인터넷 이용을 ‘2시

<Table 2> The dietary habits of the subjects

N(%)

		Area		Sex		Total
		Gwangju	Jeonnam	Boys	Girls	
Regularity of meal time	Usual or Always	85(25.8)	96(37.1)	93(34.7)	88(34.5)	181(34.6)
	Sometimes	111(42.0)	111(42.0)	112(41.8)	110(43.1)	222(42.4)
	Few or No	68(32.3)	52(20.1)	63(23.5)	57(22.4)	120(22.9)
	Total	264(100.0)	259(100.0)	268(100.0)	255(100.0)	523(100.0)
	x ² -test ¹⁾	2.754		0.133		
Overeating	Usual or Always	24(9.1)	17(6.6)	21(7.6)	20(7.8)	41(7.8)
	Sometimes	52(19.7)	35(13.5)	44(16.4)	43(16.9)	87(16.6)
	Few or No	188(71.2)	207(79.9)	203(75.7)	192(75.3)	395(75.5)
	Total	264(100.0)	259(100.0)	268(100.0)	255(100.0)	523(100.0)
	x ² -test	5.384		0.019		
Unbalanced diet	Usual or Always	67(25.4)	57(22.0)	73(27.2)	51(42.7)	124(23.7)
	Sometimes	92(34.8)	112(43.2)	109(40.7)	95(37.3)	204(39.0)
	Few or No	105(39.8)	90(34.7)	86(32.1)	109(20.0)	195(37.3)
	Total	264(100.0)	259(100.0)	268(100.0)	255(100.0)	523(100.0)
	x ² -test	3.874		7.258*		
Eating out with family	Usual or Always	24(9.1)	23(8.9)	28(10.4)	172(67.5)	47(9.0)
	Sometimes	74(28.0)	64(24.7)	74(27.6)	64(25.1)	138(26.4)
	Few or No	166(62.9)	172(66.4)	166(61.9)	19(7.5)	338(64.6)
	Total	264(100.0)	259(100.0)	268(100.0)	255(100.0)	523(100.0)
	x ² -test	0.805		2.233		
skipping meal because of eating between meals	Usual or Always	30(11.4)	42(16.2)	37(13.8)	35(13.7)	72(13.8)
	Sometimes	52(19.7)	44(17.0)	52(19.4)	44(17.3)	96(18.4)
	Few or No	182(68.9)	173(66.8)	179(66.8)	176(69.0)	355(67.9)
	Total	264(100.0)	259(100.0)	268(100.0)	255(100.0)	523(100.0)
	x ² -test	2.847		0.425		
Speed of eating meals	Fast	46(17.4)	37(14.3)	60(22.4)	23(9.0)	83(15.9)
	Nomal	177(67.0)	182(70.3)	182(67.9)	177(69.4)	359(68.6)
	Late	41(15.5)	40(15.4)	26(9.7)	55(21.6)	81(15.5)
	Total	264(100.0)	259(100.0)	268(100.0)	255(100.0)	523(100.0)
	x ² -test	1.010		26.640***		
Preference for the meat more than vegetable	Usual or Always	85(32.2)	75(29.0)	102(38.1)	58(22.7)	160(30.6)
	Sometimes	123(46.6)	103(39.8)	102(38.1)	124(48.6)	226(43.2)
	Few or No	56(21.2)	81(31.3)	64(23.9)	73(28.6)	137(26.2)
	Total	264(100.0)	259(100.0)	268(100.0)	255(100.0)	523(100.0)
	x ² -test	6.910*		14.519**		
Processed food	Usual or Always	43(42.4)	126(48.6)	129(48.1)	109(42.7)	238(45.7)
	Sometimes	109(41.3)	96(37.1)	94(35.1)	111(43.5)	205(39.2)
	Few or No	43(16.3)	37(14.3)	45(16.8)	35(13.7)	80(15.3)
	Total	264(100.0)	259(100.0)	268(100.0)	255(100.0)	523(100.0)
	x ² -test	2.050		4.020		
Eating between meals	Usual or Always	41(15.5)	52(20.1)	48(17.9)	45(17.6)	93(17.8)
	Sometimes	108(40.9)	94(36.3)	98(36.6)	104(40.8)	202(38.6)
	Few or No	115(43.6)	113(43.6)	122(45.5)	106(41.6)	228(43.6)
	Total	264(100.0)	259(100.0)	268(100.0)	255(100.0)	523(100.0)
	x ² -test	2.241		1.075		

¹⁾p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001, NS: Not significant

<Table 3>The scores of dietary habits by general characteristics of the subjects

		N(%)	Diet habit score ¹⁾	
Area	Gwangju	264(50.5)	27.00±4.50	T= .850
	Jeonnam	259(49.5)	27.32±4.22	
	Total	523(100.0)		
Sex	Boys	268(51.2)	26.81±4.46	T= -1.892
	Girls	255(48.8)	27.53±4.23	
	Total	523(100.0)		
Mother's job	None	223(42.6)	27.10±4.13	T= -0.280
	Have	300(57.4)	27.21±4.53	
	Total	523(100.0)		
House type	Apartment	233(44.6)	27.27±4.39	T=1.548
	Private house	218(41.7)	26.95±4.42	
	Tenement house	45(8.6)	26.67±4.09	
	Other	27(5.2)	28.70±3.86	
	Total	523(100.0)		
Personal expenses (won)/week	<1000	91(17.4)	27.87±4.33 ^{a2)}	F=3.724*
	1000-5000	296(56.6)	27.41±4.13 ^{ab}	
	5000-10000	110(21.0)	26.25±4.78 ^b	
	=10000	26(5.0)	25.73±4.36 ^b	
	Total	523(100.0)		
Junk food expenses (won)/day	<500	272(52.0)	28.39±3.96 ^a	F=19.674***
	500-1000	184(35.2)	26.27±4.32 ^b	
	1000-1500	40(7.6)	24.13±4.22 ^c	
	=1500	27(5.2)	25.37±4.54 ^{bc}	
	Total	523(100.0)		
Getting up time	Before 7 am	210(40.2)	27.67±4.51 ^a	F=5.232**
	7-8 am	292(55.8)	26.97±4.10 ^b	
	After 8 am	21(4.0)	24.67±4.36 ^b	
	Total	523(100.0)		
Bed time	Before 10 pm	139(26.6)	27.83±4.32 ^a	F=4.295*
	10-11 pm	198(37.9)	27.35±4.12 ^{ab}	
	After 11 pm	186(35.6)	26.46±4.55 ^b	
	Total	523(100.0)		
Speed of eating meals	Fast	83(15.9)	25.48±3.86 ^a	F=8.225***
	Normal	359(68.6)	27.59±4.35 ^b	
	Late	81(15.5)	26.96±4.51 ^{ab}	
	Total	523(100.0)		

¹⁾Diet habit score (Mean±SD) was calculated by summing the scores of dietary habit (extremely disagree 5; extremely agree 1 of inappropriate dietary habit).

²⁾Values with different superscripts are significantly different at $\alpha =0.05$ by scheffe test

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001, NS: Not significant

간 미만' 이용하는 학생들이 '2시간 이상' 이용하는 학생들 보다 높은 식습관 점수를 보였다.

IV. 고 찰

본 연구에서 광주광역시 소재 학생들은 아버지, 어머니의 학력이 대졸이상인경우가 각각 61.7, 46.6%로 가장 많았고, 전라남도 소재 학생들의 아버지, 어머니는 고졸이 각각 61.8, 63.7%로 가장 높아 대도시의 학부모 교육수준이 높

은 것으로 나타났다. 광주광역시와 전라남도 소재 초등학교 대상의 다른 연구에서 아버지의 교육수준은 대졸 11.8%, 고졸 47.1% 순서로 어머니의 교육수준은 대졸 3.1%, 고졸 37.3% 순으로 나타나(Oh 등 1997; Jun & Ro 1998) 약 10년 전보다 현재 학부모의 교육수준이 월등히 높아졌음을 알 수 있었다. 또한, 광주광역시 거주학생은 아침 7~8시(59.8%), 전라남도 소재 학생은 7~8시(51.7%), 7시 이전(43.7%)에 일어나는 경우가 가장 많아, 전라남도 소재 학생이 광주광역시의 학생보다 일찍 일어나는 경향을 보였다. 대

<Table 4>The scores of dietary habits according to the TV watching time

		N(%)	Diet habit Score ¹⁾	F value ²⁾
Weekday TV watching (hr/day)	< 1 hour	153(29.3)	28.45±4.41 ^{a 3)}	8.473***
	1-2 hours	164(31.4)	27.05±4.08 ^b	
	2-3 hours	93(17.8)	26.84±4.48 ^b	
	= 3 hours	113(21.6)	25.84±4.17 ^b	
	Total	523(100.0)		
Weekend TV watching (hr/day)	< 1 hour	87(16.6)	28.57±4.38 ^a	8.334***
	1-2 hours	149(28.5)	27.92±4.28 ^a	
	2-3 hours	102(19.5)	26.45±4.27 ^b	
	= 3 hours	185(35.4)	26.28±4.36 ^b	
	Total	523(100.0)		

¹⁾Diet habit score (Mean±SD) was calculated by summing the score of dietary habit (extremely disagree 5; extremely agree 1 of inappropriate dietary habit).

²⁾One way ANOVA

³⁾Values with different superscripts are significantly different at α=0.05 by scheffe test

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001, NS Not significant.

<Table 5>The scores of dietary habits according to the internet using time

		N(%)	Diet habit Score ¹⁾	F value ²⁾
Weekday internet use (hr/day)	Never	66(12.6)	27.64±3.68 ^{a 3)}	8.015***
	< 1 hour	166(31.7)	28.27±4.32 ^a	
	1-2 hours	183(35.0)	26.78±4.28 ^{ab}	
	= 2 hours	108(20.7)	25.81±4.52 ^b	
	Total	523(100.0)		
Weekend internet use (hr/day)	Never	64(12.2)	26.81±4.40 ^a	5.226**
	< 1 hour	139(26.6)	28.20±4.24 ^a	
	1-2 hours	157(30.0)	27.31±4.27 ^a	
	= 2 hours	163(31.2)	26.27±4.37 ^b	
	Total	523(100.0)		

¹⁾Diet habit score (Mean±SD) was calculated by summing the score of dietary habit (extremely disagree 5; extremely agree 1 of inappropriate dietary habit).

²⁾One way ANOVA

³⁾Values with different superscripts are significantly different at α =0.05 by scheffe test

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001, NS: Not significant

도시, 지방도시, 농촌지역의 5, 6학년 대상 연구에서 기상 시간은 7~8시가 가장 많았으며, 6~7시의 경우 농촌지역 어린이의 비율(43.4%)이 서울(27.4%)과 지방도시(17.3%)에 비하여 높아 본 연구결과와 유사한 경향을 보였다(Choi 등 2001; Kang & Kim 2003; Kim 등 2003, Yi & Yang 2006). 취침 시간은 밤 10~11시(37.9%), 다음으로 밤 11시 이후(35.6%)가 많았다. 서울 소재 초등학교 6학년 대상의 연구에서 밤 11~12시(42.8%) 취침이 가장 많았고(Kang & Kim 2003), 서울을 제외한 전국 15개 초등학교 5, 6학년 대상의 연구결과 밤 10~11시 취침이 많아(Yi & Yang 2006) 본 연구와 비슷한 경향을 나타냈다. 따라서 예전보다 아동들의 취침 시각이 늦어지고 있으며, 이는 컴퓨터, TV 등 정보매체의 이용시간이 점차 확대되고 있기 때문인 것으로 추측된다. 서울·경기 소재 초등학교 5, 6학년 대상 연구에 따르면 늦게 자는 원인으로 경기 소재 초등학교생은 TV 시청(70.3%), 그 다음이 숙제 및 공부, 컴퓨터 순이었고 서

울 소재 학생은 숙제(62.6%), TV 시청, 컴퓨터의 순서(Chung 등 2004)로 나타나 TV 시청과 인터넷 이용이 취침시간에 영향을 주었음을 알 수 있었다.

식습관은 인구의 경제, 사회적 특성에 따라 영향을 받으며(Cho 2006) 대도시와 중소도시 또는 농촌의 생활환경이 식습관 양상에 영향을 미칠 수 있다고 판단하여 본 연구에서는 광주광역시와 전라남도 소재 학생으로 대상자를 구분하여 조사하였다. 식습관 양상에서는 불규칙적인 식사를 하는 경우가 전체 학생의 22.9%로 나타났으며 광주광역시의 학생은 32.3%, 전라남도 거주 학생은 20.1%로 나타났다. 서울 소재 초등학교 4, 5학년을 대상으로 조사한 연구에서는 남녀학생 모두 대체로 식사시간이 불규칙적인 것으로 나타났다(Sung 2003). 이는 본 연구의 대도시와 중소도시 거주학생 간의 결과와 유사한 경향을 보여주고 있다. 전라남도 소재 초등학교 6학년을 대상으로 한 연구에서 조사 대상자의 54.8%가 '불규칙적인 식사를 했다'고 하여(Jun & Ro

1998) 10년 전에 비해 현재 학생들의 식습관이 보다 더 규칙적인 것을 알 수 있었다. 과식 정도는 충남 서천군의 초등학생 대상 연구의 식사량 조사결과 성별의 차이는 없었다고 하여 본 연구결과와 유사하였다(Chang 등 2006). 이와는 달리 부산광역시 소재 6학년을 대상으로 한 조사에서는 남학생이 여학생보다 배부를 정도로 먹는 아동이 더 많았다고 하여 다른 양상을 보였다(Ku 1999). 본 연구에서 스스로 항상 또는 매우 자주 편식한다고 생각하는 학생의 비율이 23.7%로 나타났다. 창원시 소재 4, 5, 6학년을 대상으로 한 조사(Lee 등 2001)에서는 전체의 53.8%가 편식을 한다고 응답하여 편식이 심각한 영양문제를 알 수 있었으나 본 연구에서는 전체의 37.3%의 학생이 거의 편식하지 않는 편이라 응답하였다. 결식 정도는 전체적으로 간식을 먹어서 식사를 거르는 편인 학생의 비율(13.8%)이 가장 적어 예상과 다른 결과를 나타냈다. Jun & Ro (1998)에서는 간식이 식사에 미치는 영향에 대한 질문에 전체 아동의 47.5%가 간식으로 인해 식욕이 감소한다고 답해 본 연구결과와는 다른 양상을 보였다. 평균 식사 속도는 남학생의 경우 '보통이다'(67.9%)가 가장 많았고, 다음으로 '빠른 편이다'(22.4%)가 많은 반면 여학생의 경우 '보통이다'(69.4%)가 가장 많았고, 다음으로 '느린 편이다'(21.6%)가 많아 남학생이 여학생보다 식사속도가 빠른 경향을 나타냈다. 이경혜 등(2001)의 연구에서 식사속도에 대해 조사한 결과 '보통이다'(62.5%), '빠르다'(28.8%), '느리다'(8.7%)의 비율을 보여 본 연구결과와 비슷한 경향을 보였다. 충청남도 서천군 소재 초등학생 대상의 연구(Chang 등 2006)에 따르면 식사속도가 빠른 이유에 대해서는 '습관적'(56.3%), '놀기 위하여'(39.5%), '많이 먹기 위하여'(4.2%)의 순으로 나타났다. 채소류보다 육류를 선호한다고 답한 학생은 지역별로는 광주광역시 32.2%, 전라남도 29.0%, 성별로는 남학생은 38.1%, 여학생은 22.7%로 나타났다. Chang 등(2006)의 연구에서 남학생이 여학생보다 육류를 더 선호하는 것으로 나타나 본 논문의 결과와 비슷한 경향을 보였다. 인스턴트·가공 식품(과자, 아이스크림 등)을 좋아하지 않는다고 답한 학생은 전체적으로는 15.3%, 지역별로는 광주광역시 16.3%, 전라남도 14.3%, 성별로는 남학생은 16.8%, 여학생은 13.7%에 불과해 초등학생들의 인스턴트·가공 식품 선호 정도가 높음을 알 수 있었다. 전라남도 소재 초등학교를 대상으로 조사했던 연구에 따르면 간식의 종류로는 남학생 42.6%, 여학생 56.6%가 과자라고 답하였고(Jun & Ro 1998), 경북 구미시 소재 초등학교 5, 6학년을 대상으로 한 조사에서 간식 중 과자류를 선호하였으며 간식의 종류에서도 인스턴트·가공 식품의 비율이 높음을 알 수 있었다(Park 2006). 굳것질(간식)을 좋아하지 않는 학생은 성별로는 남학생이 45.5%, 여학생이 41.6%로 나타나 여학생이 남학생보다 굳것질(간식)을 많이 하는 것을 알 수 있었다. 서울 소재 초등학교 4, 5학년 대상의 연구에서 남학생보다 여학생

이 간식을 더 자주 하는 것으로 나타나 본 연구결과와 비슷한 경향을 보였다(Sung 2003).

셋째, 본 연구에 참여한 초등학생의 일반특성에 따른 식습관점수는 일주일 용돈($p < 0.05$)과 굳것질 비용($p < 0.001$)이 많은 학생에 비하여 적은 학생들이 높은 식습관 점수를 취득하였다. 일찍 일어나고(아침 7시 이전 vs. 아침 7시 이후, $p < 0.05$) 일찍 자는(밤 10시 이전 vs. 밤 11시 이후, $p < 0.05$) 학생들이 높은 식습관 점수를 보였다. 또한 보통의 식사속도를 가진 학생이 빠른 식사속도를 가진 학생보다 높은 식습관 점수를 나타내었다($p < 0.001$). 결과적으로 초등학생 시기에 굳것질을 줄이고 너무 빠르지 않은 보통의 식사속도를 유지하며 일찍 자고 일찍 일어나는 등의 올바른 생활습관을 유지하는 학생의 경우 식습관 또한 바람직한 방향으로 형성되고 있음을 제시한다고 사료된다. TV 시청 시간에 따른 식습관 점수는 평일에 TV를 짧은 시간(1시간 미만) 시청하는 학생이 평일에 TV를 장시간(1~3시간 이상) 시청하는 학생보다 높은 식습관 점수를 나타냈고 주말에 TV를 '2시간 미만' 시청하는 학생이 주말에 TV를 '2시간 이상' 시청하는 학생보다 식습관 점수가 높았다. 그러므로 TV 시청 시간과 식습관 실태는 연관성이 있는 것으로 보이며 부모들이 아동의 TV 시청 중재에 더욱 주의를 기울인다면 그들의 바람직한 식습관 형성에도 영향을 미칠 수 있을 것으로 사료된다. 인터넷(컴퓨터) 이용 시간에 따른 식습관 점수는 평일 인터넷 이용을 짧은 시간(1시간 미만) 이용하는 학생이 장시간(2시간 이상) 이용하는 학생보다 식습관 점수가 높았고 주말 인터넷을 '2시간 미만' 이용하는 학생이 '2시간 이상' 이용하는 학생보다 식습관 점수가 높았다. 그러므로 적절한 인터넷(컴퓨터)의 이용이 규칙적인 식생활습관과 관련이 있다는 본 연구 결과를 고려할 때 초등학생들의 인터넷(컴퓨터) 이용 지도의 필요성이 요구된다.

V. 요약 및 결론

본 연구는 광주광역시와 전라남도 소재 초등학생 712명을 대상으로 여가 활용시 TV 시청, 인터넷 이용 실태와 식습관의 관련성을 알아보고 바람직한 여가활용과 식습관 방향을 제시하고자 하였으며 결과는 다음과 같다.

첫째, 조사 대상자의 일반 사항을 정리하면 전라남도보다 광주광역시 소재 학부모의 교육수준이 더 높은 것으로 나타났으며, 일주일 용돈은 광주광역시와 전라남도 소재 연구대상자 간의 유의적 차이는 없었다. 광주광역시 소재 학생들의 일일 굳것질 비용은 '오백원 미만'이 58.7%로 가장 많았고, 전라남도 소재 학생들은 '오백원 이상'에서 광주광역시보다 많게 나타났다. 기상 시간은 전라남도 소재 학생들(7시 이전 43.7%)이 광주광역시(7시 이전 36.7%)의 학생들보다 일찍 일어나는 경향을 보였고, 남학생(6.3%)이 여학생(1.6%)보다 '아침 8시 이후'까지 늦잠을 자는 경우가 많아

지역별, 성별로 유의적인 차이를 보였다. 취침 시간은 전라남도(62.5%)에 비해 광주광역시 소재 학생들이 밤 10시 이후에 자는 경우가 84.1%로 지역에 따른 유의적 차이가 있었다.

둘째, 식습관과 일반사항의 관련성을 살펴보면, 일주일 용돈이 천원 미만인 학생이 오천원 이상인 학생보다, 하루 군것질 비용이 오백원 미만인 학생이 천오백원 이상인 학생보다 좋은 식습관 경향을 가진 것으로 나타났고, 아침 7시 이전에 일어나는 학생이 아침 7시 이후보다, 밤 10시 이전에 잠드는 학생이 밤 11시 이후보다, 식사속도가 보통인 학생이 빠른편인 학생보다 좋은 식습관 양상을 가진 것으로 나타났다. 즉 일주일 용돈과 군것질 비용을 적게 쓰고 일찍 일어나고 일찍 자는 학생의 식습관이 비교적 좋은 것으로 나타났다. 채소류보다 육류를 선호하는 정도는 지역, 성별에 따라 유의적인 차이가 나타났다. 전라남도(29.0%)보다 광주광역시 소재 학생들(32.2%)이, 여학생(22.7%)보다 남학생(38.1%)이 늘 일상적으로 채소보다 육류를 선호하는 편이라는 대답이 많았다. 평균 식사 속도는 성별에 따라 유의적인 차이가 나타났다. 남학생(22.4%)이 여학생(9.0%)보다 식사속도가 빠른 경향을 보였다.

셋째, TV 시청 및 인터넷 이용 실태와 식습관 양상의 관련성을 요약하면 평일 TV 시청 시간이 짧은 시간(1시간 미만)인 학생이 장시간(1시간 이상) 시청하는 학생보다, 주말 TV 시청 시간이 2시간 미만인 학생이 2시간 이상인 학생보다 좋은 식습관 경향을 가진 것으로 나타났다. 이 결과를 토대로 방과 후 아동들의 TV 시청 중재 등 바른 생활습관 지도가 좋은 식습관 확립에도 도움을 줄 것이라 예상해 볼 수 있다. 평일에 인터넷을 짧은 시간(1시간 미만) 이용하는 학생이 장시간(2시간 이상) 이용하는 학생보다, 주말에 인터넷을 '2시간 미만' 이용하는 학생이 '2시간 이상' 이용하는 학생보다 좋은 식습관 경향을 가진 것으로 나타났다. 이 결과는 인터넷 이용 시간이 상대적으로 짧은 여학생이 식습관 점수가 높았다는 것과 주말 TV 시청 시간과 식습관 점수의 연관성처럼 어머니가 집안에 상주하는 경우와 일찍 자고 일찍 일어나는 경우 좋은 식습관 경향을 보였던 결과를 바탕으로 생각해 볼 때 아직 확립되지 않은 아동들의 여가활동과 식생활 지도 교육의 중요성을 시사해준다.

본 조사연구의 결과 군것질을 줄이고 식사할 때는 천천히 꼭꼭 씹어 먹으며 일찍 자고 일찍 일어나는 바른 생활습관을 유지하고, 장시간의 TV 시청과 인터넷(컴퓨터) 이용으로 인해 발생하는 정적인 활동 대신 보다 계획적이고 활발한 생활습관을 확립하는 것이 초등학교생의 바람직한 식습관 형성에 도움을 줄 것이라 사료된다. TV 시청과 인터넷의 이용 등의 사용 실태가 아동들의 올바른 식습관과 관련이 있다는 본 연구 결과를 바탕으로 바람직한 식습관 및 생활습관 확립을 위해서는 국가, 사회, 학교와 가정이 연계한 체계적인 교육의 필요성이 강조된다.

■ 참고문헌

- Chang HS, Kim MJ. 2006. The Study on Dietary Behaviors of Elementary School Student in Chungnam Area According to the School Food Service Type, Gender and Grade. *Korean J Community Nutrition* 11(5):608-617
- Cho CS. 2002. A Study on Internet Addiction. *Korea Society For Information Management* 19(3):189-210
- Cho YH. 2006. Relationship between Dietary Habits, Health Status and Health Management of Rural Residents. *J Korean Academy of Public Health Nursing* 20(1):16-27
- Choi JY. 2005. A Study on Elementary School Children's Leisure Activities by the Five-day Week Classwork. *The Graduate School of Public Administration Chung-Ang University*. pp 35-43
- Chun OJ. 2005. A Study on the Leisure Activities of Elementary School Students in Cheongju and Cheongwon Area. *Cheongju National University of Education*. pp 39-41
- Chung SJ, Lee YN, Kwon. 2004. Factors Associated with Breakfast Skipping in Elementary School Children in Korea. *Korean J Community Nutrition* 9(1):3-11
- Ji SH. 2006. The Relationship between Academic Achievement and Leisure Activities of Elementary School Students in Seoul Region. *The Graduate school of Education Korea National Sport University*. pp 31-47, pp 69-75
- Jun SN, Ro HK. 1998. A Study on Eating Habits and Food Preference of Rural Elementary School Students. *Korean J Community Nutrition* 13(1):65-72
- Kang YR, Kim AJ. 2003. A Study on the Change in Dietary Patterns of Some Elementary School Children in Seoul. *J. East Asian Soc. Dietary Life* 13(4):284-292
- Kim MH, Sung CJ, Sung MK, Choi MK, Seo YL, Park ES, Baik JJ, Seo JS, Mo SM. 2003. Comparison of The Food and Nutrition Ecology of Elementary School Children by Regions. *Korean J Community Nutrition* 8(5):642-651
- Ku PJ. 1999. A Survey of Elementary School Children's Food Habit For Nutrition Education of Elementary Practical Arts. *The Graduate School of Elementary Practical Arts Education Pusan National University of Education*. pp 32-44
- Korea National Statistical Office. 2005. '2004 Life Time Survey'. pp 3-9
- Lee KH, Hwang KJ, Her ES. 2001. A Study on Body Image Recognition, Food Habit, Food Behaviors and Nutrient Intake according to the Obesity Index of Elementary Children in Changwon. *Korean J Community Nutrition* 6(4):577-591
- Lee YS, Im HS, An HS, Jang NS. 2006. Nutrition throughout the Life Cycle. *Kyomunsa*. pp 243-272
- National Internet Development Agency Of Korea. 2007. The second half of 2006 Informatization Research on the actual condition. pp 2-11

- Oh SH, Lee SS. 1997. Prevalence of Obesity and Eating Habits of Elementary School Students in Kwangju. *Korean J Community Nutrition* 2(4):486-495
- Park EJ. 2006. Actual Status of Snack Intake of Elementary School Students. *The Graduate School of Environment & Public Health Studies Yeungnam University*. pp 20-31
- Sung SJ. 2003. A Study of Food Habit-Food Behaviors and Nutrient Intakes according to the Obesity Index of Elementary School Student in Seoul. *The Graduate School of Food and Nutrition Silla University*. pp 16-30
- Temple JL, Giacomelli AM, Kent KM, Roemmich JN, Epstein LH. 2007. Television watching increases motivated responding for food and energy intakes in children. *Am J Clin Nutr* 85:355-61
- Yang MO. 2004. The Effect of Recreation and Dietary Habits on Obesity in Elementary School Children. *The Graduate School of Elementary Practical Arts Education Chinju National University of Education*. pp 40-44
- Yoon GA. 2002. Television Watching, Family Social Class, Parental Overweight, and Parental Physical Activity Levels in Relation to Childhood Overweight. *Korean J Community Nutrition* 7(2):177-187
- Yi BS, Yang IS. 2005. An Exploratory Study for Identifying Factors Related to Breakfast in Elementary, Middle and High School Students. *Korean J Community Nutrition* 11(1):25-38
-
- 2008년 11월 27일 신규논문접수, 2009년 6월 13일 수정논문접수, 2010년 4월 6일 수정논문접수, 4월 13일 채택