

서울, 경기 일부지역 고등학생의 간식 섭취 실태와 일반사항과의 차이

김금란·김미정[¶]
안양대학교 식품영양학과

Differences in Snacking Behavior and General Characteristics of High School Students in Some Areas in *Seoul* and *Kyonggido*

Geum-Ran Kim · Mi-Jung Kim

Dept. of Food Science and Nutrition, Anyang University

Abstract

The purpose of this study is to investigate snacking behavior of high school students. The subjects were 1,587 students (684 male, 903 female) in *Seoul* and *Paju*. The highest number of eating snacks was 'once(39.9%)' per day, and they preferred 'milk and cookies' and 'fruit.' For the result of reasons for choosing a snack, they chose 'what I want to have (59.6%)' most and 'snacks don't affect eating meals (48.0%).' Also, compared with the ones with 'an elementary school diploma,' the percentage of those with 'a middle school diploma' was higher in 'having snacks once or three times' according to father's education level($p<0.05$). In snack types and general characteristics, they chose 'milk and cookies' when their expenses range 'under 50000 won' and '100,000 won' and 'fruit' when '70,000won' and 'over 100,000 won ($p<0.05$).' In the reasons for choosing a snack, younger mothers(30-50ages) said 'what I want to have' while elder mothers(≥ 51 ages) 'depending on my mood.' Also, the respondents whose mothers had 'a high school diploma' answered 'what I want to have' the most ($p<0.05$). Especially, in case of effects after eating snack, they answered 'poor meals (35.5%)' whose mother's job was professional. These results suggest that the general characteristics of family environment may affect snacking behavior among high school students. They need a guideline to help select healthy snacks for desirable eating behavior.

Key words: snack, snacking behavior, general characteristics, high school students, family environment, *Seoul* and *Kyonggi*

I. 서 론

성장 발달이 가속화되는 청소년기의 고등학생은 충분한 영양소 섭취가 요구되며 이 시기의 식생활은 성인기까지 건강에 영향을 줄 수 있으므로 매우 중요하다. 그러나 우리나라 청소년들은 조기 등교로 인한 결식, 식전 간식, 과식으로 인한 식사의 불규칙 등으로 식생활에 많은 문제점을

가지고 있다(Spear BA. 2002).

간식은 '정해진 식사 시간 이외에 먹는 음식'을 의미하는 것(Lee KJ 등. 2000)으로 세끼 식사에 충족하지 못한 영양소를 보충하고 끼니사이에 공복 시간을 줄이는 역할을 한다(Shim JE 등. 2004). 간식은 영양공급 뿐만 아니라 정신적 휴식 및 정서적인 안정을 도모하여 영양소를 골고루 섭취할 수 있는 식품을 선택한다면 청소년기 영양에 도

¶ : 김미정, 010-3394-0631, mjkim@anyang.ac.kr, 경기도 안양시 만안구 안양5동 안양대학교 식품영양학과

움이 될 것이다(Park YS. 2003).

서구화된 식생활과 여성의 사회진출의 증가로 청소년들은 다양한 간식의 선택과 섭취가 증가하고 있으며 총 섭취 열량 중 간식의 섭취 비율이 증가하고 있다(Lee JK & Rhie SG. 2008; Song YJ, Joung 등 2006; Lyu ES 등 2006). 청소년기의 간식 종류로 과자나 스낵류, 동물성 식품이나 기호성 음료가 주를 이루는 패스트푸드를 선호하여 영양면에서 불균형적인 동물성 지방과 단백질 등 한쪽으로 기울어진 간식을 섭취하기 쉬워 청소년의 비만과 치아우식증의 원인으로 문제가 되고 있다(Park IJ & Park YW. 2009; Yun CK 등 2003; Giammattei J. et al. 2003; Kim SH. 2003; Park SJ & Kim AJ 2000.). 하지만 청소년들은 영양에 대한 지식이 부족하고 이런 식품 섭취로 인한 건강의 유해성을 잘 인식하지 못하므로 간식의 선택에 문제점을 나타내고 있다(Eom HS et al. 2005).

간식은 현대 청소년의 식생활의 한 부분으로 식습관은 물론 건강과의 상관성이 크지만 청소년들에게 그 중요성이 크게 인식되고 있지 못한 실정이다. 고등학생의 간식 섭취비율은 해마다 증가되고 있는 실정이지만 기존의 연구는 대개 초등학생이나 학령기 이전의 아동을 대상으로 한 연구(Lee JM 등 2003; Park HO 등 2000 : Joo EJ & Park ES 1998)가 대부분이며 식습관의 연구의 일부분으로 간식 전반에 관련된 연구가 많지 않고 간식에 상관성이 있는 일반사항과의 차이에 대한 연구(Park IJ & Park YW. 2009 : Doo MA 등 2009)는 미미하다.

본 연구는 식품의 선택권이 많아지고 다양한 식품에 노출되어 있는 고등학생의 간식섭취 실태 중 섭취횟수, 간식 섭취종류, 간식선택 이유, 간식 후 식행동에 대하여 조사하고 일반사항과의 차이를 분석하는 것을 목적으로 실시하였다. 이에 고등학생의 간식에서 나타나고 있는 식습관 실태를 파악하여 간식의 중요성을 인식시키고 올바른 간식 선택과 섭취를 유도하고자 한다.

II. 연구방법

1. 조사대상 및 조사기간

서울의 신촌지역과 경기도 파주 문산지역에 소재하는 남, 여 고등학교 2개교를 선정하여 설문지법을 실시하였다. 조사기간은 2010년 7월 12일부터 7월 16일까지 실시하였으며 1차 예비조사 후 설문지를 수정, 보완하여 2차 본조사를 실시하여 조사대상자가 직접 설문지에 기입하게 하였다. 설문지의 취지를 담임교사에게 설명하고 1, 2, 3학년 학생들에게 담임교사가 직접 설명한 후 작성하게 하였는데 총 1651부를 회수하여 분석하였다. 이중 간식을 섭취하지 않는다고 밝힌 64명을 제외한 1587명을 대상으로 분석하였다. 본 조사는 1일 동안의 간식 섭취만을 조사한 단면연구이고 조사대상자가 서울, 경기 일부 지역의 고등학생이라는 제한점이 있다.

2. 조사내용

1) 일반사항

일반사항의 내용은 선행연구(Kim GR & Kim MJ 2011)에 나타나 있다. 설문지를 통하여 가족 수, 한 달 용돈, 용돈 중 식비 지출 금액, 식사 준비하는 사람, 수면시간, 부모 연령, 직업, 교육정도, 월 가구소득으로 구성하여 조사하였다.

2) 고등학생의 간식 섭취 실태 조사

고등학생의 간식섭취실태 중 간식 관련 선행연구(Cho EA 등 2010; Choi SK 등 2008)에서 나타난 항목 중 간식섭취횟수, 간식 섭취종류, 간식 선택 이유, 간식 후 식사 영향력에 대하여 조사하였다.

3. 통계처리

자료 분석 방법으로 수집된 자료의 통계처리는 데이터 코딩(data coding)과 데이터 크리닝(data cleaning)과정을 거쳐, SPSS(Statistical Package

for Social Science) v. 12.0 통계 패키지 프로그램을 활용하여 분석하였다. 남, 여 고등학생의 간식 섭취실태를 알아보고, 조사대상자의 인구통계학적 특성에 따라 차이가 있는지를 알아보기 위하여 일반사항과 교차분석(χ^2)을 실시하였다.

Ⅲ. 연구 결과 및 고찰

1. 남, 녀 고등학생의 간식 섭취실태

<Table 1>은 남, 녀 고등학생의 간식 섭취실태를 분석한 결과이다. 하루 중 간식 섭취횟수를 분

석한 결과에서는 ‘1회’가 39.9%로 가장 높게 나타났다고, ‘2회’ 32.5%, ‘3회’ 13.1%, ‘4회 이상’ 4.4%, ‘먹지 않는다’ 3.9%순으로 나타나 대체적으로 ‘하루 1회’ 정도 간식을 섭취하는 것으로 볼 수 있었다. 이 결과는 13-19세 청소년의 53.5%가 ‘하루 1회’ 간식 섭취로 나타난 2009년 국민건강 영양조사 결과(Ministry of Health and Welfare 2009)보다 낮은 섭취비율을 나타냈고, 부산 중, 고등학생의 간식 섭취실태(Choi MK 2007)보다 낮았다. 남, 여학생 모두 ‘하루 1회’ 간식을 섭취 하는 비율이 높게 나타났고 2회 이상에서는 비교

<Table 1> Snacking behavior of high school students

Variables	Gender		Total	Frequency(percent) χ^2 (p)	
	Male	Female			
Number of eating snacks (per day)	1	277(38.8)	381(40.7)	16.829** (.005)	
	2	231(32.4)	305(32.6)		
	3	82(11.5)	135(14.4)		
	≥4	31(4.3)	42(4.5)		
	0	30(4.2)	34(3.6)		
	Others	63(8.8)	40(4.3)		103(6.2)
Snack type	Ra-Men	104(15.2)	85(9.4)	89.645*** (.000)	
	Tteokbokkii	63(9.2)	134(14.8)		
	Kim-Bab	46(6.7)	36(4.0)		
	Salad	18(2.6)	31(3.4)		
	Milk and Cookies	189(27.6)	238(26.4)		
	Nuts	72(10.5)	27(3.0)		
	Fruits	102(14.9)	244(27.0)		
	Others	90(13.2)	108(12.0)		198(12.5)
	Total	684(100.0)	903(100.0)	1587(100.0)	
Reasons for choosing a snack	What I want to have	389(56.9)	557(61.7)	9.102 (.168)	
	Pocket money	74(10.8)	105(11.6)		
	Recommendation from a friend	12(1.8)	21(2.3)		
	Nutrition	13(1.9)	19(2.1)		
	Advertisement	3(4)	2(2)		5(3)
	Depending on my mood	176(25.7)	183(20.3)		359(22.6)
	Others	17(2.5)	16(1.8)		33(2.1)
	Total	684(100.0)	903(100.0)	1587(100.0)	
Behavior after eating snacks	Have no taste	58(8.5)	66(7.3)	45.780*** (.000)	
	Poor meals	162(23.7)	269(29.8)		
	Skipping meals	61(8.9)	162(17.9)		
	None	374(54.7)	387(42.9)		
	Others	29(4.2)	19(2.1)		48(3.0)
	Total	684(100.0)	903(100.0)	1587(100.0)	
Total		714(100.0)	937(100.0)	1651(100.0)	

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

적 여학생이 상대적으로 간식 섭취횟수가 높았다.

간식 섭취비율이 증가하고 있는 경향이지만 고등학생 식생활에서의 바람직한 간식섭취횟수에 대한 기준이 많지 않다. 한국인 영양섭취기준(The Korean Nutrition Society, 2010)의 권장하고 있는 1일 영양소 섭취기준에 맞는 영양소량에 맞추어 적절한 간식섭취 횟수에 대한 인식을 심어주어 불균형의 섭취가 되지 않도록 하여야 한다.

좋아하는 간식종류를 분석한 결과에서는 ‘우유와 쿠키’가 26.9%로 가장 높게 나타났고, ‘과일류’ 21.8%, ‘떡볶이’ 12.4%, ‘라면’ 11.9%, ‘견과류’ 6.2%, ‘김밥’ 5.2%, ‘샐러드’ 3.1%순으로 나타나 대체로 ‘우유와 쿠키’, ‘과일류’ 등을 가장 선호하는 것을 볼 수 있다. 이 결과는 ‘과과 과자류’를 가장 많이 섭취한 Choi 등의 연구(Choi SK et al. 2008)와 유사하였다. 남학생의 경우 ‘우유와 비스킷(27.6%)’을 가장 선호하는 것으로 나타났지만 여학생의 경우 ‘과일류(27.0%)’를 가장 선호하는 것으로 나타나 차이를 보였다. 간식 기호도 조사에서 남학생이 ‘우유 및 유제품’이고 여학생이 ‘과자, 사탕류’로 나타난 Doo 등(Doo MA 등 2009)의 연구와는 다소 차이가 있었다.

층차가 없는 고등학생들이 우유를 많이 섭취한 Yun 등(Yun HS 등 2008)의 결과와 영양교육 경험이 있는 중학생의 경우 과자나 빵보다 과일, 우유나 유제품 선택한 비율이 높다는 Rhie 등(Rhie SG et al. 2007)결과에서 볼 수 있듯 가공식품 이외의 간식 선택에 대한 영양교육 실시가 필요한 것을 알 수 있었다. 식품 선택은 개인의 의지에 의해 형성되지만 최근 우리나라 고등학생들은 초, 중, 고등학교에 걸쳐 식생활 교육을 받아 왔음에도 불구하고 여전히 식품에 대한 지식이 적어 건강과의 상관성에도 관심이 크지 않다. 또한 간식에 대한 습관이 고정되어 성인기 식생활에까지 문제가 일어나지 않도록 건강에 도움이 되는 식품을 섭취할 수 있는 식품 관련 기초 지식교육이 무엇보다 필요하다.

간식을 선택하는 이유를 분석한 결과에서는

‘먹고 싶은 것’이 59.6%로 가장 높게 나타나고, ‘그날의 기분’에 따라 22.6%, ‘용돈’ 11.3%, ‘친구 권유’ 2.1%, ‘영양’ 2.0%, ‘광고’ 0.3%순이었으나 유의적인 차이는 아니었다. 간식 섭취가 ‘먹고 싶어서’가 51.0%로 나타난 중학생의 결과(Lee JH et al. 2010)와 유사하였지만 ‘배가 고파서’라고 나타난 광주 지역 고등학생 결과(Park IJ & Park YW. 2009)와는 차이가 있었다. 고등학생의 간식 선택에 있어 ‘영양보다는 ‘맛’이나 ‘가격’을 고려함을 알 수 있었다. 영양을 고려하여 선택하도록 지도하고 적절한 간식 메뉴 개발에도 노력해야 하며 간식은 식사에서 부족한 영양소를 보충하도록 적절한 영양교육이 필요하다는 것을 인지시켜야 한다.

간식 섭취 후 식사 영향력을 분석한 결과, ‘간식과 전혀 상관없다’가 48.0%로 가장 높게 나타났고 ‘다음 식사를 거르는 경우가 있다’ 14.1%, ‘다음 식사가 맛이 없다’ 7.8% 순으로 나타났다. 특히 ‘간식과 전혀 상관없다’는 답변은 남학생(54.7%)의 경우가 여학생(42.9%)보다 높은 결과였는데 이는 Park과 Park(Park IJ & Park YW 2009)의 결과와도 유사하였다. 반면, ‘식사를 대충하는 경향이 있다’의 답변에서는 여학생(29.8%)이 남학생(23.7%)에 비하여 높은 결과를 나타내었다. 이는 식사와 간식의 영향력은 남학생보다 여학생들이 예민하게 인식하는 것을 확인할 수 있었는데 불규칙적인 식사, 결식 등의 식생활 문제와 간식의 상관성을 바르게 인식시켜 식사에 문제점이 나타나지 않도록 유도해 가야 한다.

간식은 한 끼의 식사만큼 중요하지만 다수의 고등학생에게 간식에 대한 개념정립이 제대로 되어 있지 않은 것을 알 수 있었다. 휴식과 안정적인 생활은 물론이고 영양소의 균형 있는 섭취에 도움을 줄 수 있는 간식과 건강과의 상관성까지 인식할 수 있도록 고등학생 대상의 다양한 간식에 관련된 영양 교육 프로그램 구성이 필요하다.

2. 간식과 일반사항과의 차이분석

1) 간식 섭취횟수와 일반사항과의 차이분석

간식 섭취횟수와 일반사항과의 차이분석의 결과는 <Table 2>에 있다. 그 결과 한 달 용돈, 용돈 중 식비지출금액, 식사를 준비하는 사람, 수면시간, 어머니 연령, 부·모 직업, 아버지 학력, 월 가족소득에서 유의적인 차이가 나타났다($p < 0.05$).

한 달 용돈에 따라서는 ‘9만 원 이하’의 경우 ‘하루 1회’ 간식을 섭취하는 것으로 나타났으며

‘10-20만원’의 경우 ‘하루 2회’, ‘21만 원 이상’의 경우 ‘하루 3회’ 간식을 섭취하는 것으로 나타나 차이를 보였다. 용돈 중 식비지출금액에 따라서는 ‘3만 원 이하’나 ‘7만 원 이상’의 경우 ‘하루 1회’ 정도 간식을 섭취하였으나 ‘5만원’인 경우 ‘하루 2회’ 정도 간식을 섭취하는 것으로 차이를 보였다. 이는 용돈에서 적절한 간식비가 책정되어 소비될 수 있도록 유도해야 하고 편의식품보다는 건강식품으로 간식비 지출이 이루어지도록 영양교육이 필요한 것을 알 수 있다.

<Table 2> Number of eating snacks per day and general characteristics

Variables	Number of eating snacks(per day)												χ^2 (p)	
	None		1		2		3		≥ 4		Others			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
Number of family members	2	3	5.3	24	42.1	19	33.3	6	10.5	2	3.5	3	5.3	14.660 (.796)
	3	9	3.7	94	38.5	80	32.8	28	11.5	10	4.1	23	9.4	
	4	36	3.9	374	40.2	292	31.4	129	13.9	47	5.1	52	5.6	
	5	8	3.4	88	37.3	87	36.9	29	12.3	6	2.5	18	7.6	
	Others	8	4.3	78	42.4	58	31.5	25	13.6	8	4.3	7	3.8	
Monthly pocket money (1,000 won)	≤ 50	27	3.5	342	44.6	237	30.9	96	12.5	27	3.5	37	4.8	56.167*** (.000)
	60-90	11	4.2	102	38.5	86	32.5	39	14.7	14	5.3	13	4.9	
	100-150	6	3.2	65	35.1	69	37.3	29	15.7	9	4.9	7	3.8	
	160-200	1	2.2	18	39.1	19	41.3	6	13.0	1	2.2	1	2.2	
	≥ 210	1	3.2	7	22.6	8	25.8	10	32.3	2	6.5	3	9.7	
Others	18	5.0	124	34.6	117	32.7	37	10.3	20	5.6	42	11.7		
Expenses for food from monthly pocket money (1,000won)	≤ 30	30	3.7	332	40.5	274	33.5	123	15.0	31	3.8	29	3.5	118.488** (.000)
	50	5	2.9	63	36.8	67	39.2	21	12.3	11	6.4	4	2.3	
	70	3	4.8	20	32.3	16	25.8	15	24.2	6	9.7	2	3.2	
	100	0	0	16	43.2	13	35.1	7	18.9	1	2.7	0	0	
	≥ 100	1	2.4	14	33.3	9	21.4	11	26.2	7	16.7	0	0	
Others	25	4.8	213	41.0	157	30.2	40	7.7	17	3.3	68	13.1		
The person who prepares a meal	Mother	40	3.5	466	40.7	378	33.0	154	13.4	44	3.8	63	5.5	64.302*** (.000)
	Father	4	3.5	44	38.3	37	32.2	20	17.4	7	6.1	3	2.6	
	Brother or sister	2	4.0	14	28.0	18	36.0	7	14.0	4	8.0	5	10.0	
	Self	6	4.9	63	51.2	35	28.5	7	5.7	3	2.4	9	7.3	
	Grandmother	5	4.6	39	35.8	37	33.9	17	15.6	7	6.4	4	3.7	
	Kitchen helper	0	0	4	40.0	3	30.0	2	20.0	1	10.0	0	0	
Others	7	7.1	28	28.3	28	28.3	10	10.1	7	7.1	19	19.2		
Sleeping hours (day)	≤ 4 hrs	5	5.8	31	36.0	28	32.6	11	12.8	7	8.1	4	4.7	77.137*** (.000)
	5 hrs	17	5.0	146	43.2	103	30.5	40	11.8	10	3.0	22	6.5	
	6 hrs	20	3.8	223	42.1	189	35.7	57	10.8	20	3.8	21	4.0	
	7 hrs	9	2.1	160	37.6	136	31.9	70	16.4	17	4.0	34	8.0	
	8 hrs	8	4.6	67	38.7	53	30.6	25	14.5	12	6.9	8	4.6	
	9 hrs	3	5.8	18	34.6	19	36.5	7	13.5	4	7.7	1	1.9	
Others	2	4.3	13	28.3	8	17.4	7	15.2	3	6.5	13	28.3		
Total		64	3.9	658	39.9	536	32.5	217	13.1	73	4.4	103	6.2	

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

식사를 준비하는 사람에 따라서는 ‘어머니’, ‘아버지’, ‘스스로’, ‘할머니’, ‘가사도우미’가 식사를 비하는 경우 ‘하루 1회’ 정도 간식을 섭취하는 것으로 나타났으나 ‘형제, 자매’가 식사를 비하는 경우 ‘하루 2회’ 정도 간식을 섭취하는 것으로 차이를 보였다. 형제자매의 간식횟수가 높은 이유는 식사 대신 간식을 활용하거나 빈약한 식사로 간식 이용 횟수가 높은 것을 유추해 볼 수

<Table 2> Eating number of snack per day and general characteristics(continue)

Variables	Number of eating snacks(per day)											χ^2 (p)		
	None		1		2		3		≥ 4		Others			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N		%	
Father's age (years)	31-40	0	0	20	31.7	24	38.1	13	20.6	4	6.3	2	3.2	24.173 (.062)
	41-50	38	3.3	448	39.3	363	31.9	158	13.9	53	4.7	79	6.9	
	≥ 51	24	5.6	184	42.7	143	33.2	44	10.2	16	3.7	20	4.6	
	Others	2	11.1	6	33.3	6	33.3	2	11.1	0	0	2	11.1	
Mother's age (years)	31-40	8	4.2	72	37.5	57	29.7	31	16.1	16	8.3	8	4.2	33.578** (.004)
	41-50	43	3.4	499	39.8	415	33.1	168	13.4	49	3.9	81	6.5	
	≥ 51	13	6.6	85	43.4	61	31.1	18	9.2	8	4.1	11	5.6	
	Others	0	0	2	25.0	3	37.5	0	0	0	0	3	37.5	
Father's job	Self-employed	17	3.5	192	39.8	159	33.0	69	14.3	16	3.3	29	6.0	41.067* (.023)
	Manufacture	11	5.7	83	42.8	44	22.7	31	16.0	11	5.7	14	7.2	
	Administrative assistant	8	3.1	102	38.9	90	34.4	37	14.1	15	5.7	10	3.8	
	Professional	9	3.1	131	44.4	95	32.2	38	12.9	11	3.7	11	3.7	
	Unemployment	6	7.2	25	30.1	35	42.2	9	10.8	3	3.6	5	6.0	
	Others	13	3.9	125	37.3	113	33.7	33	9.9	17	5.1	34	10.1	
Mother's job	Housewife	23	4.7	191	39.0	172	35.1	66	13.5	17	3.5	21	4.3	50.529* (.011)
	Self-employed	12	4.3	120	42.9	80	28.6	47	16.8	9	3.2	12	4.3	
	Manufacture	12	6.8	70	39.5	48	27.1	24	13.6	12	6.8	11	6.2	
	Administrative assistant	2	1.0	89	43.0	72	34.8	23	11.1	8	3.9	13	6.3	
	Professional	4	3.5	46	40.4	38	33.3	17	14.9	5	4.4	4	3.5	
	Unemployment	3	2.5	39	32.5	41	34.2	16	13.3	7	5.8	14	11.7	
Father's education level	Others	8	3.0	103	39.2	85	32.3	24	9.1	15	5.7	28	10.6	33.387* (.031)
	Under University	12	3.0	162	40.4	138	34.4	51	12.7	16	4.0	22	5.5	
	High School	38	3.8	405	40.8	321	32.3	129	13.0	45	4.5	55	5.5	
	Middle School	6	4.7	51	39.8	38	29.7	20	15.6	5	3.9	8	6.3	
	Elementary School	3	4.8	24	38.7	21	33.9	6	9.7	0	0	8	12.9	
Mother's education level	Others	5	7.5	16	23.9	18	26.9	11	16.4	7	10.4	10	14.9	25.409 (.186)
	Under University	9	3.7	98	39.8	76	30.9	34	13.8	10	4.1	19	7.7	
	High School	41	3.7	457	41.4	365	33.0	143	12.9	45	4.1	54	4.9	
	Middle School	9	5.3	60	35.3	54	31.8	24	14.1	9	5.3	14	8.2	
	Elementary School	1	1.8	20	36.4	21	38.2	5	9.1	3	5.5	5	9.1	
Household income(10,000 won/month)	Others	4	5.3	23	30.7	20	26.7	11	14.7	6	8.0	11	14.7	43.329* (.013)
	≤ 100	7	5.1	50	36.5	47	34.3	14	10.2	5	3.6	14	10.2	
	100-200	18	3.9	187	40.5	146	31.6	67	14.5	15	3.2	29	6.3	
	200-300	6	1.5	155	39.1	141	35.6	54	13.6	20	5.1	20	5.1	
	300-400	17	7.5	89	39.4	69	30.5	35	15.5	8	3.5	8	3.5	
	≥ 500	2	1.9	50	46.7	35	32.7	13	12.1	5	4.7	2	1.9	
Total		64	3.9	658	39.9	536	32.5	217	13.1	73	4.4	103	6.2	

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

있었다.

수면시간의 경우는 '8시간 이하' 수면을 취하는 경우 '하루 1회' 정도 간식을 섭취하는 것으로 나타났으나 '9시간' 수면을 취하는 경우 '하루 2회' 정도 간식을 섭취하는 것으로 보여 차이가 있었다. 이는 수면 부족에서 간식 섭취가 높았던 광주지역 고등학생 결과와는 다소 차이가 있었다(Park IJ & Park YW 2009). 어머니 연령에 따라서는 '간식섭취 1회'는 51세 이상(43.4%), '2회'에서는 41-50세(33.1%) 3회 이상에서는 31-40세에서 높게 나타났다. 아버지 직업이 '생산근로직(42.8%)'과 '전문직(44.4%)'인 경우 '간식 1회' 섭취가 높았고 '간식 2회 섭취'에서는 '무직(42.2%)'인 경우가 높게 나타났고 어머니 직업이 '자영업(42.9%)'인 경우와 '사무직(43.0%)'인 경우 '간식섭취 1회'가 높았다.

아버지 교육정도에 따라서는 '간식 섭취 1회와 3회'의 경우 '초등졸'에 비해 '중졸 이상'인 경우 상대적으로 높게 나타났는데 부모의 학력이 높을수록 간식섭취 횟수가 높은 중학생 대상의 연구 결과(Doo MA 등 2009)와도 유사하였다. 월 가구 소득에서는 '500만원이상(46.7%)'과 '100만원-200만원(40.5%)'에서 '간식 섭취 1회'가 높게 나타났고 '200-300만원'인 경우는 '간식섭취 2회'가 높게 나타났다.

간식의 섭취 횟수에도 가정 내에서 환경에 영향을 받고 있는 것을 알 수 있었다. 부모의 바쁜 사회생활로 점차적으로 간식의 섭취횟수도 증가하고 있지만 간식의 편의화, 스피드화가 이루어지고 있는 것이 문제점이다. 고등학생 개인의 영양섭취기준량과 생활시간에 맞는 간식 횟수를 적정하게 배정하여 올바른 식생활을 해 나갈 수 있도록 만들어야 한다.

2) 가장 좋아하는 간식종류와 일반사항과의 차이분석

<Table 3>은 가장 좋아하는 간식종류와 일반사항과의 차이분석 결과이다. 조사대상자의 일반사

항 중 용돈 중 식비지출금액, 식사를 준비하는 사람, 어머니 연령, 어머니 직업에서 유의적인 차이가 나타났다($p < 0.05$).

용돈 중 식비지출금액에 따라서는 '5만원이하'나 '10만원(27.0%)' 경우 '우유와 쿠키'를 가장 좋아하는 것으로 나타났고 '7만원(25.4%)'이나 '10만원이상(22.0%)'의 경우 '과일'을 가장 좋아하는 것으로 나타나 차이를 보였다. 식사를 준비하는 사람에 따라서는 '어머니', '아버지', '형제', '자매', '할머니', '스스로'에서 '우유와 쿠키'를 가장 좋아하는 것으로 나타났다. 고등학생의 용돈이 충분할 때 식품의 선택 폭이 넓어지면서 보다 영양적인 식품 선호가 가능할 것으로 여겨져 용돈과 영양소 섭취와의 추후 연구가 필요한 것을 알 수 있었다. 어머니 연령에 따라서는 다소 차이는 있으나 대체적으로 '우유와 쿠키'를 가장 선호하는 것으로 나타났고, 어머니 직업에 따라서는 '전업주부', '자영업', '생산근로직', '사무직', '전문직'인 경우 '우유와 쿠키'를 가장 선호하였으나 '무직'인 경우 '과일류'를 가장 선호하는 것으로 나타나 차이를 보였다. 이는 어머니가 '전업주부'인 경우 '과일, 주스류'와 '우유, 유제품'이 높았던 Doo 등의 결과(Doo MA. 등 2009)와도 유사하였다.

단백가가 높은 우유가 영양식품(Kim MJ & Kim GR 2002)이라는 인식이 있는 부모의 선택과 고등학생들의 개인 기호도가 고려된 쿠키의 간식 선택에서 볼 수 있듯이 식품섭취에 있어 여러 가지 요인에 의해 나타난다. 학업으로 바쁜 고등학생의 바른 식습관을 형성하는데 있어 개인의 의지만만 아니라 다양한 환경에 의해 기호식품이 형성되어질 것이다. 성장기에 도움이 되면서 학업 스트레스를 완화시켜 줄 수 있는 다양한 간식 메뉴의 개발이 무엇보다 필요한 것을 확인할 수 있었다.

〈Table 3〉 Favorite snack type and general characteristics

Variables	Favorite snack type																χ^2 (p)	
	Ra-Men		Tteokbok kii		Kim-Bab		Salad		Milk and Cookies		Nuts		Fruits		Others			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
Number of family members	2	6	11.1	3	5.6	2	3.7	2	3.7	16	29.6	8	14.8	13	24.1	4	7.4	26.436 (.549)
	3	29	12.3	34	14.5	13	5.5	5	2.1	72	30.6	17	7.2	41	17.4	24	10.2	
	4	109	12.2	109	12.2	45	5.0	29	3.2	232	26.0	48	5.4	208	23.3	114	12.8	
	5	28	12.3	25	11.0	12	5.3	5	2.2	56	24.6	15	6.6	51	22.4	36	15.8	
	Others	17	9.7	26	14.8	10	5.7	8	4.5	51	29.0	11	6.3	33	18.8	20	11.4	
Monthly pocket money (1,000 won)	≤50	100	13.5	85	11.5	36	4.9	24	3.2	207	28.0	40	5.4	154	20.8	93	12.6	47.363 (.079)
	60-90	32	12.6	38	15.0	14	5.5	5	2.0	72	28.3	19	7.5	54	21.3	20	7.9	
	100-150	19	10.6	27	15.1	7	3.9	5	2.8	53	29.6	7	3.9	39	21.8	22	12.3	
	160-200	8	17.8	4	8.9	2	4.4	2	4.4	6	13.3	4	8.9	13	28.9	6	13.3	
	≥210	3	10.0	2	6.7	4	13.3	2	6.7	2	6.7	1	3.3	12	40.0	4	13.3	
Others	27	7.9	41	12.1	19	5.6	11	3.2	87	25.6	28	8.2	74	21.8	53	15.6		
Expenses for food from monthly pocket money (1,000won)	≤30	96	12.2	113	14.3	46	5.8	22	2.8	219	27.8	35	4.4	171	21.7	87	11.0	52.652* (.028)
	50	18	10.8	26	15.7	7	4.2	3	1.8	48	28.9	11	6.6	36	21.7	17	10.2	
	70	6	10.2	4	6.8	4	6.8	4	6.8	12	20.3	3	5.1	15	25.4	11	18.6	
	100	8	21.6	4	10.8	2	5.4	1	2.7	10	27.0	3	8.1	7	18.9	2	5.4	
	≥100	5	12.2	2	4.9	3	7.3	4	9.8	6	14.6	2	4.9	9	22.0	10	24.4	
Others	56	11.3	48	9.7	20	4.0	15	3.0	132	26.7	45	9.1	108	21.8	71	14.3		
The person who prepares a meal	Mother	126	11.4	129	11.7	49	4.4	31	2.8	306	27.7	67	6.1	263	23.8	134	12.1	62.891* (.020)
	Father	14	12.6	13	11.7	7	6.3	1	.9	33	29.7	7	6.3	26	23.4	10	9.0	
	Brother or sister	5	10.4	8	16.7	3	6.3	0	0	17	35.4	3	6.3	5	10.4	7	14.6	
	Self	15	12.8	20	17.1	6	5.1	7	6.0	24	20.5	13	11.1	21	17.9	11	9.4	
	Grandmother	16	15.4	14	13.5	9	8.7	5	4.8	28	26.9	6	5.8	15	14.4	11	10.6	
Kitchen helper	2	20.0	1	10.0	2	20.0	1	10.0	0	0	0	0	1	10.0	3	30.0		
Others	11	12.0	12	13.0	6	6.5	4	4.3	19	20.7	3	3.3	15	16.3	22	23.9		
Sleeping hours (day)	≤4 hrs	8	9.9	11	13.6	6	7.4	4	4.9	19	23.5	6	7.4	19	23.5	8	9.9	49.884 (.189)
	5 hrs	34	10.6	33	10.3	13	4.0	8	2.5	92	28.7	17	5.3	85	26.5	39	12.1	
	6 hrs	58	11.4	77	15.1	23	4.5	16	3.1	132	25.9	25	4.9	114	22.4	65	12.7	
	7 hrs	51	12.2	48	11.5	23	5.5	13	3.1	125	30.0	35	8.4	74	17.7	48	11.5	
	8 hrs	21	12.7	24	14.5	11	6.7	4	2.4	44	26.7	10	6.1	32	19.4	19	11.5	
9 hrs	11	22.4	3	6.1	4	8.2	2	4.1	9	18.4	3	6.1	10	20.4	7	14.3		
Others	6	13.6	1	2.3	2	4.5	2	4.5	6	13.6	3	6.8	12	27.3	12	27.3		
Total	189	11.9	197	12.4	82	5.2	49	3.1	427	26.9	99	6.2	346	21.8	198	12.5		

*p<0.05, **p<0.01

3) 간식을 선택하는 이유와 일반사항과의 차이
간식을 선택하는 이유와 일반사항과의 차이 (Table 4)에서 한 달 용돈, 용돈 중 식비지출금액, 식사를 준비하는 사람, 수면시간, 어머니 연령과 학력에 따라 유의적 차이가 나타났으며(p<0.05), 다소 차이는 있으나 대체적으로 간식을 선택하는 이유로 ‘먹고 싶은 것’이 가장 높게 나타났다.

간식을 선택하는 이유와 한 달 용돈과의 차이

에서는 용돈이 ‘10-20만원’일 때 ‘먹고 싶은 것’이라는 답변이 높게 나타났고 ‘5만 원 이하’일 때 ‘기분에 따라(23.5%)’선택한다고 나타났고 용돈 중 식비지출 금액 중 ‘10만 원 이상’일 때 ‘영양(7.3%)’이라는 결과였다. 용돈 사용면에서 바람직한 식비지출액과 함께 식비에서의 간식비 사용에서 선택 이유가 건강과 영양에 맞추어질 수 있는 영양교육이 요구되었다.

<Table 3> Favorite snack type and general characteristics(continue)

Variables	Favorite snack type																χ^2 (p)	
	Ra-Men		Tteokbok kii		Kim-Bab		Salad		Milk and Cookies		Nuts		Fruits		Others			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
Father's age(years)	31-40	9	14.3	11	17.5	5	7.9	3	4.8	16	25.4	4	6.3	9	14.3	6	9.5	18.435 (.621)
	41-50	124	11.3	141	12.8	53	4.8	34	3.1	291	26.4	64	5.8	245	22.3	149	13.5	
	≥51	55	13.5	43	10.6	23	5.7	11	2.7	118	29.0	30	7.4	88	21.6	39	9.6	
	Others	1	6.3	2	12.5	1	6.3	1	6.3	2	12.5	1	6.3	4	25.0	4	25.0	
Mother's age(years)	31-40	19	10.3	29	15.8	15	8.2	9	4.9	40	21.7	16	8.7	38	20.7	18	9.8	55.547* (.000)
	41-50	143	11.8	148	12.2	52	4.3	29	2.4	333	27.5	69	5.7	278	22.9	160	13.2	
	≥51	27	14.8	20	10.9	14	7.7	10	5.5	54	29.5	14	7.7	29	15.8	15	8.2	
	Others	0	0	0	0	1	12.5	1	12.5	0	0	0	0	1	12.5	5	62.5	
Father's job	Self-employed	49	10.5	58	12.5	26	5.6	19	4.1	133	28.6	33	7.1	101	21.7	46	9.9	37.783 (.343)
	Manufacture	29	15.8	19	10.4	8	4.4	5	2.7	48	26.2	10	5.5	37	20.2	27	14.8	
	Administrative assistant	27	10.6	35	13.8	9	3.5	6	2.4	76	29.9	12	4.7	56	22.0	33	13.0	
	Professional	32	11.2	37	12.9	13	4.5	9	3.1	74	25.9	21	7.3	56	19.6	44	15.4	
	Unemployment	16	20.8	7	9.1	6	7.8	1	1.3	19	24.7	7	9.1	19	24.7	2	2.6	
	Others	36	11.2	41	12.7	20	6.2	9	2.8	77	23.9	16	5.0	77	23.9	46	14.3	
Mother's job	Housewife	60	12.8	67	14.3	12	2.6	21	4.5	118	25.3	28	6.0	102	21.8	59	12.6	71.926* (.003)
	Self-employed	33	12.3	28	10.4	20	7.5	7	2.6	88	32.8	10	3.7	55	20.5	27	10.1	
	Manufacture	12	7.3	22	13.3	11	6.7	1	.6	46	27.9	16	9.7	37	22.4	20	12.1	
	Administrative assistant	21	10.2	23	11.2	9	4.4	7	3.4	60	29.3	14	6.8	45	22.0	26	12.7	
	Professional	10	9.1	18	16.4	2	1.8	1	.9	34	30.9	6	5.5	28	25.5	11	10.0	
	Unemployment	22	18.8	14	12.0	11	9.4	6	5.1	20	17.1	11	9.4	24	20.5	9	7.7	
Father's education level	Others	31	12.2	25	9.8	17	6.7	6	2.4	61	23.9	14	5.5	55	21.6	46	18.0	21.120 (.820)
	Under University	51	13.1	47	12.1	15	3.9	9	2.3	112	28.8	17	4.4	83	21.3	55	14.1	
	High School	108	11.3	122	12.8	51	5.3	30	3.1	255	26.7	63	6.6	213	22.3	113	11.8	
	Middle School	16	13.1	17	13.9	6	4.9	4	3.3	29	23.8	7	5.7	28	23.0	15	12.3	
	Elementary School	6	10.2	6	10.2	5	8.5	3	5.1	17	28.8	4	6.8	13	22.0	5	8.5	
Mother's education level	Others	8	12.9	5	8.1	5	8.1	3	4.8	14	22.6	8	12.9	9	14.5	10	16.1	30.549 (.337)
	Under University	29	12.2	28	11.8	8	3.4	7	3.0	74	31.2	11	4.6	51	21.5	29	12.2	
	High School	127	11.9	141	13.3	57	5.4	27	2.5	277	26.0	63	5.9	245	23.0	127	11.9	
	Middle School	17	10.6	14	8.7	6	3.7	11	6.8	47	29.2	13	8.1	29	18.0	24	14.9	
	Elementary School	8	14.8	6	11.1	5	9.3	1	1.9	14	25.9	5	9.3	9	16.7	6	11.1	
Household income(10,000 won/month)	Others	8	11.3	8	11.3	6	8.5	3	4.2	15	21.1	7	9.9	12	16.9	12	16.9	43.430 (.155)
	≤100	16	12.3	16	12.3	9	6.9	7	5.4	31	23.8	10	7.7	27	20.8	14	10.8	
	100-200	56	12.6	64	14.4	17	3.8	9	2.0	125	28.2	34	7.7	95	21.4	44	9.9	
	200-300	52	13.3	48	12.3	25	6.4	9	2.3	99	25.4	18	4.6	93	23.8	46	11.8	
	300-400	14	6.7	25	12.0	10	4.8	8	3.8	68	32.5	8	3.8	50	23.9	26	12.4	
	≥500	10	9.5	14	13.3	6	5.7	2	1.9	24	22.9	6	5.7	22	21.0	21	20.0	
Total	189	11.9	197	12.4	82	5.2	49	3.1	427	26.9	99	6.2	346	21.8	198	12.5		

p<0.01, *p<0.001

수면시간과의 차이 분석에서는 수면시간이 짧은 '4시간'일 때 '먹고 싶은 것(72.8%)'이라는 답변이 높게 나타났는데 이는 수면이 부족한 여학생이 '배가 고파서 간식을 자주 먹는다'는 광주 고등학생의 연구(Park IJ & Park YW 2009)결과와

는 다소 차이가 있었다.

어머니의 연령이 '50세 이하'에서 간식선택 이유가 '먹고 싶은 것'이라는 답변이 높게 나타난 반면 어머니 연령이 '51세 이상'에서 '그 날 기분'에 따라(26.2%)'라고 답변한 결과가 높았다. 또한

<Table 4> Reasons for choosing a snack and general characteristics

Variables	Reasons for choosing a snack														χ^2 (p)	
	What I want to have		Pocket money		Recommendation from a friend		Nutrition		Advertisement		Depending on my mood		Others			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
Number of family members	2	29	53.7	6	11.1	1	1.9	3	5.6	0	0	13	24.1	2	3.7	20.003 (.697)
	3	135	57.4	28	11.9	3	1.3	4	1.7	0	0	61	26.0	4	1.7	
	4	539	60.3	102	11.4	21	2.3	14	1.6	3	.3	199	22.3	16	1.8	
	5	136	59.6	19	8.3	6	2.6	7	3.1	1	.4	50	21.9	9	3.9	
	Others	107	60.8	24	13.6	2	1.1	4	2.3	1	.6	36	20.5	2	1.1	
Monthly pocket money (1,000 won)	≤50	425	57.5	99	13.4	15	2.0	14	1.9	2	.3	174	23.5	10	1.4	48.455* (.018)
	60-90	161	63.4	24	9.4	8	3.1	2	.8	0	0	56	22.0	3	1.2	
	100-150	115	64.2	16	8.9	2	1.1	5	2.8	0	0	40	22.3	1	.6	
	160-200	31	68.9	1	2.2	0	0	2	4.4	0	0	10	22.2	1	2.2	
	≥210	19	63.3	5	16.7	0	0	1	3.3	0	0	5	16.7	0	0	
Others	195	57.4	34	10.0	8	2.4	8	2.4	3	.9	74	21.8	18	5.3		
Expenses for food from monthly pocket money (1,000won)	≤30	475	60.2	95	12.0	23	2.9	14	1.8	2	.3	171	21.7	9	1.1	51.960** (.008)
	50	108	65.1	21	12.7	2	1.2	3	1.8	1	.6	31	18.7	0	0	
	70	36	61.0	6	10.2	0	0	2	3.4	0	0	13	22.0	2	3.4	
	100	23	62.2	4	10.8	1	2.7	1	2.7	0	0	8	21.6	0	0	
	≥100	21	51.2	5	12.2	2	4.9	3	7.3	1	2.4	9	22.0	0	0	
Others	283	57.2	48	9.7	5	1.0	9	1.8	1	.2	127	25.7	22	4.4		
The person who prepares a meal	Mother	676	61.2	109	9.9	24	2.2	20	1.8	3	.3	251	22.7	22	2.0	56.829* (.015)
	Father	65	58.6	15	13.5	2	1.8	4	3.6	1	.9	24	21.6	0	0	
	Brother or sister	27	56.3	7	14.6	2	4.2	1	2.1	0	0	11	22.9	0	0	
	Self	59	50.4	19	16.2	1	.9	3	2.6	0	0	34	29.1	1	.9	
	Grandmother	67	64.4	19	18.3	2	1.9	1	1.0	0	0	13	12.5	2	1.9	
Others	47	51.1	9	9.8	2	2.2	2	2.2	1	1.1	23	25.0	8	8.7		
Sleeping hours (day)	≤4 hrs	59	72.8	8	9.9	3	3.7	3	3.7	1	1.2	7	8.6			117.495** (.000)
	5 hrs	194	60.4	36	11.2	3	.9	7	2.2	0	0	74	23.1	7	2.2	
	6 hrs	307	60.2	53	10.4	14	2.7	5	1.0	0	0	121	23.7	10	2.0	
	7 hrs	245	58.8	47	11.3	8	1.9	10	2.4	1	.2	102	24.5	4	1.0	
	8 hrs	92	55.8	24	14.5	3	1.8	4	2.4	1	.6	39	23.6	2	1.2	
	9 hrs	29	59.2	7	14.3	1	2.0	2	4.1	1	2.0	8	16.3	1	2.0	
Others	20	45.5	4	9.1	1	2.3	1	2.3	1	2.3	8	18.2	9	20.5		
Total		946	59.6	179	11.3	33	2.1	32	2.0	5	.3	359	22.6	33	2.1	

*p<0.05, **p<0.01

어머니가 ‘고졸이상’의 교육 수준일 때 특히 ‘먹고 싶은 것’의 결과가 높았고 ‘대졸이상’일 때 ‘영양(5.1%)’이 ‘간식 선택 이유’에서 높게 나타났다.

부모의 학력이 높을수록 자녀의 식생활 태도가 양호한 연구 결과(Kim GH & Im YS 1995)에서 볼 수 있듯 간식구매, 식습관에 부모의 영향력이 큰 것을 확인할 수 있었다. 간식 선택에 대한 고등

학생을 대상으로 하는 직접 교육도 중요하지만 가정연계 부모 교육도 상당히 효과를 가질 수 있으리라고 본다. 또한 영양소와 건강과의 상관성 교육을 정기적으로 실시하여 ‘영양’적인 간식 선택이 나타날 수 있도록 영양교육 환경 조성이 무엇보다 필요하다.

<Table 4> Reasons for choosing a snack and general characteristics(continue)

Variables	Reasons for choosing a snack														χ^2 (p)	
	What I want to have		Pocket money		Recommendation from a friend		Nutrition		Advertisement		Depending on my mood		Others			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
Father's age (years)	31-40	35	55.6	11	17.5	2	3.2	2	3.2	0	0	12	19.0	1	1.6	20.823 (.288)
	41-50	666	60.5	120	10.9	21	1.9	20	1.8	4	.4	243	22.1	27	2.5	
	≥51	237	58.2	45	11.1	10	2.5	10	2.5	1	.2	101	24.8	3	.7	
	Others	8	50.0	3	18.8	0	0	0	0	0	0	3	18.8	2	12.5	
Mother's age (years)	31-40	112	60.9	25	13.6	4	2.2	3	1.6	0	0	39	21.2	1	.5	59.168** (.000)
	41-50	729	60.1	129	10.6	27	2.2	26	2.1	4	.3	270	22.3	27	2.2	
	≥51	103	56.3	24	13.1	2	1.1	3	1.6	1	.5	48	26.2	2	1.1	
	Others	2	25.0	1	12.5	0	0	0	0	0	0	2	25.0	3	37.5	
Father's job	Self-employed	284	61.1	52	11.2	8	1.7	8	1.7	2	.4	103	22.2	8	1.7	22.044 (.852)
	Manufacture	97	53.0	27	14.8	5	2.7	4	2.2	2	1.1	44	24.0	4	2.2	
	Administrative assistant	161	63.4	30	11.8	6	2.4	3	1.2	0	0	47	18.5	7	2.8	
	Professional	175	61.2	29	10.1	5	1.7	9	3.1	1	.3	62	21.7	5	1.7	
	Unemployment	46	59.7	10	13.0	2	2.6	1	1.3	0	0	17	22.1	1	1.3	
	Others	183	56.8	31	9.6	7	2.2	7	2.2	0	0	86	26.7	8	2.5	
Mother's job	Housewife	279	59.7	52	11.1	5	1.1	10	2.1	1	.2	113	24.2	7	1.5	45.017 (.144)
	Self-employed	164	61.2	31	11.6	8	3.0	4	1.5	2	.7	53	19.8	6	2.2	
	Manufacture	95	57.6	28	17.0	5	3.0	2	1.2	0	0	34	20.6	1	.6	
	Administrative assistant	124	60.5	17	8.3	5	2.4	4	2.0	1	.5	52	25.4	2	1.0	
	Professional	72	65.5	16	14.5	0	0	2	1.8	0	0	17	15.5	3	2.7	
	Unemployment	61	52.1	15	12.8	4	3.4	5	4.3	0	0	30	25.6	2	1.7	
Father's education level	Under University	246	63.2	30	7.7	11	2.8	10	2.6	1	.3	84	21.6	7	1.8	33.069 (.103)
	High School	558	58.4	124	13.0	18	1.9	15	1.6	1	.1	221	23.1	18	1.9	
	Middle School	67	54.9	15	12.3	1	.8	3	2.5	1	.8	32	26.2	3	2.5	
	Elementary School	34	57.6	6	10.2	1	1.7	1	1.7	1	1.7	14	23.7	2	3.4	
	Others	41	66.1	4	6.5	2	3.2	3	4.8	1	1.6	8	12.9	3	4.8	
Mother's education level	Under University	131	55.3	22	9.3	7	3.0	12	5.1	1	.4	61	25.7	3	1.3	67.613** (.000)
	High School	655	61.6	120	11.3	19	1.8	17	1.6	2	.2	230	21.6	21	2.0	
	Middle School	88	54.7	25	15.5	4	2.5	1	.6	0	0	39	24.2	4	2.5	
	Elementary School	26	48.1	6	11.1	0	0	0	0	2	3.7	20	37.0	0	0	
	Others	46	64.8	6	8.5	3	4.2	2	2.8	0	0	9	12.7	5	7.0	
Household income (10,000 won/month)	≤100	62	47.7	20	15.4	4	3.1	3	2.3	1	.8	37	28.5	3	2.3	33.827 (.288)
	100-200	274	61.7	46	10.4	8	1.8	7	1.6	2	.5	100	22.5	7	1.6	
	200-300	221	56.7	50	12.8	10	2.6	9	2.3	1	.3	95	24.4	4	1.0	
	300-400	126	60.3	22	10.5	6	2.9	5	2.4	1	.5	43	20.6	6	2.9	
	≥500	77	73.3	6	5.7	2	1.9	3	2.9	0	0	15	14.3	2	1.9	
Total		946	59.6	179	11.3	33	2.1	32	2.0	5	.3	359	22.6	33	2.1	

**p<0.01

4) 간식 섭취 후 식사와의 영향력과 일반사항과의 차이분석

간식 섭취 후 식사와의 영향력과 일반사항과의 차이분석 결과는 <Table 5>에 있다. 그 결과, 한

달 용돈, 식사를 준비하는 사람, 수면시간, 어머니 직업과 학력에 따라 유의적인 차이가 나타났는데 (p<0.05), 전반적으로 ‘간식과 전혀 상관이 없다’라는 답변이 높게 나타났다.

〈Table 5〉 Effects after eating snacks and general characteristics

Variables	Effect after eating snack										χ^2 (p)	
	Have no taste		Poor meals		Skipping meals		None		Others			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
Number of family members	2	2	3.7	11	20.4	7	13.0	32	59.3	2	3.7	20.481 (.199)
	3	22	9.4	56	23.8	28	11.9	122	51.9	7	3.0	
	4	72	8.1	262	29.3	118	13.2	418	46.8	24	2.7	
	5	11	4.8	52	22.8	41	18.0	116	50.9	8	3.5	
	Others	17	9.7	50	28.4	29	16.5	73	41.5	7	4.0	
Monthly pocket money (1,000 won)	≤50	44	6.0	213	28.8	101	13.7	361	48.8	20	2.7	34.554* (.023)
	60-90	25	9.8	62	24.4	38	15.0	125	49.2	4	1.6	
	100-150	18	10.1	52	29.1	31	17.3	73	40.8	5	2.8	
	160-200	6	13.3	14	31.1	5	11.1	20	44.4	0	0	
	≥210	2	6.7	5	16.7	9	30.0	14	46.7	0	0	
Others	29	8.5	85	25.0	39	11.5	168	49.4	19	5.6		
Expenses for food from monthly pocket money (1,000won)	≤30	58	7.4	226	28.6	110	13.9	380	48.2	15	1.9	28.205 (.105)
	50	14	8.4	43	25.9	26	15.7	80	48.2	3	1.8	
	70	5	8.5	17	28.8	12	20.3	22	37.3	3	5.1	
	100	5	13.5	14	37.8	7	18.9	10	27.0	1	2.7	
	≥100	6	14.6	9	22.0	4	9.8	20	48.8	2	4.9	
Others	36	7.3	122	24.6	64	12.9	249	50.3	24	4.8		
The person who prepares a meal	Mother	94	8.5	323	29.2	144	13.0	513	46.4	31	2.8	43.500** (.009)
	Father	6	5.4	22	19.8	17	15.3	63	56.8	3	2.7	
	Brother or sister	4	8.3	14	29.2	8	16.7	22	45.8	0	0	
	Self	2	1.7	23	19.7	23	19.7	66	56.4	3	2.6	
	Grandmother	6	5.8	26	25.0	21	20.2	47	45.2	4	3.8	
	Kitchen helper	3	30.0	2	20.0	0	0	5	50.0	0	0	
Others	9	9.8	21	22.8	10	10.9	45	48.9	7	7.6		
Sleeping hours (day)	≤4 hrs	10	12.3	20	24.7	11	13.6	39	48.1	1	1.2	46.338** (.004)
	5 hrs	33	10.3	88	27.4	43	13.4	144	44.9	13	4.0	
	6 hrs	25	4.9	134	26.3	87	17.1	255	50.0	9	1.8	
	7 hrs	34	8.2	127	30.5	53	12.7	190	45.6	13	3.1	
	8 hrs	14	8.5	46	27.9	17	10.3	84	50.9	4	2.4	
	9 hrs	4	8.2	11	22.4	6	12.2	26	53.1	2	4.1	
Others	4	9.1	5	11.4	6	13.6	23	52.3	6	13.6		
Total		124	7.8	431	27.2	223	14.1	761	48.0	48	3.0	

*p<0.05, **p<0.01

한 달 용돈과 간식 섭취 후 식사와의 영향력 분석 결과에서는 ‘식사를 대충하는 경향이 있다’가 ‘16-20만원’의 경우에서 31.1%였고 ‘다음 식사를 거르는 경우가 있다’라는 경우 ‘21만 원 이상’에서 30%로 용돈이 적을 때보다 높게 나타났다. 이는 용돈이 많을 때는 일상식보다 간식에서 기호 식품 구매로 이어져 간식으로 인해 다음 식사에 좋지 못한 영향력이 나타날 수 있는 것을 알 수 있었다. 고등학생들의 간식패턴은 성인기로 바로

이어지기 때문에 영양적인 식품 섭취의 필요성과 패스트푸드 등의 간식의 선택에 관련한 식행동의 문제점을 인지시켜야 한다.

수면시간과 간식 섭취 후 식사와의 영향력과의 차이 분석 결과에서는 수면시간이 짧은 4-5시간에서 대체로 ‘다음 식사가 맛이 없다’라는 결과가 높은 경향이었고, 수면시간이 충분한 ‘8-9시간’일 때 대체로 ‘간식과 전혀 상관이 없다’라는 답변율이 높았다. 어머니의 직업과 간식 섭취 후 식사와

<Table 5> Effects after eating snacks and general characteristics(continue)

Variables	Effects after eating snacks										χ^2 (p)	
	Have no taste		Poor Meal		Skipping Meal		None		Others			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
Father's age (years)	31-40	6	9.5	19	30.2	7	11.1	29	46.0	2	3.2	10.354 (.585)
	41-50	84	7.6	289	26.2	161	14.6	533	48.4	34	3.1	
	≥51	33	8.1	117	28.7	52	12.8	195	47.9	10	2.5	
	Others	1	6.3	6	37.5	3	18.8	4	25.0	2	12.5	
Mother's age (years)	31-40	16	8.7	43	23.4	27	14.7	95	51.6	3	1.6	19.161 (.085)
	41-50	91	7.5	337	27.8	173	14.3	572	47.2	39	3.2	
	≥51	17	9.3	50	27.3	22	12.0	90	49.2	4	2.2	
	Others	0	0	1	12.5	1	12.5	4	50.0	2	25.0	
Father's job	Self-employed	39	8.4	138	29.7	65	14.0	209	44.9	14	3.0	19.753 (.473)
	Manufacture	13	7.1	48	26.2	31	16.9	86	47.0	5	2.7	
	Administrative assistant	25	9.8	62	24.4	36	14.2	128	50.4	3	1.2	
	Professional	26	9.1	77	26.9	40	14.0	133	46.5	10	3.5	
	Unemployment	3	3.9	18	23.4	7	9.1	47	61.0	2	2.6	
	Others	18	5.6	88	27.3	44	13.7	158	49.1	14	4.3	
Mother's job	Housewife	47	10.1	136	29.1	67	14.3	210	45.0	7	1.5	40.763* (.018)
	Self-employed	21	7.8	78	29.1	43	16.0	117	43.7	9	3.4	
	Manufacture	8	4.8	40	24.2	30	18.2	84	50.9	3	1.8	
	Administrative assistant	14	6.8	57	27.8	30	14.6	99	48.3	5	2.4	
	Professional	7	6.4	39	35.5	10	9.1	52	47.3	2	1.8	
	Unemployment	9	7.7	25	21.4	15	12.8	61	52.1	7	6.0	
Father's education level	Others	18	7.1	56	22.0	28	11.0	138	54.1	15	5.9	19.957 (.222)
	Under University	36	9.3	96	24.7	55	14.1	192	49.4	10	2.6	
	High School	69	7.2	273	28.6	139	14.6	450	47.1	24	2.5	
	Middle School	9	7.4	34	27.9	16	13.1	58	47.5	5	4.1	
	Elementary School	6	10.2	10	16.9	7	11.9	33	55.9	3	5.1	
Mother's education level	Others	4	6.5	18	29.0	6	9.7	28	45.2	6	9.7	27.460* (.037)
	Under University	22	9.3	63	26.6	28	11.8	119	50.2	5	2.1	
	High School	81	7.6	287	27.0	162	15.2	505	47.5	29	2.7	
	Middle School	7	4.3	52	32.3	23	14.3	75	46.6	4	2.5	
	Elementary School	8	14.8	10	18.5	6	11.1	26	48.1	4	7.4	
Household income (10,000 won/month)	Others	6	8.5	19	26.8	4	5.6	36	50.7	6	8.5	25.870 (.170)
	≤100	7	5.4	33	25.4	20	15.4	61	46.9	9	6.9	
	100-200	33	7.4	113	25.5	63	14.2	226	50.9	9	2.0	
	200-300	34	8.7	113	29.0	55	14.1	181	46.4	7	1.8	
	300-400	14	6.7	60	28.7	30	14.4	102	48.8	3	1.4	
	≥500	10	9.5	29	27.6	16	15.2	48	45.7	2	1.9	
Total	Others	26	8.4	83	26.9	39	12.6	143	46.3	18	5.8	
	Total	124	7.8	431	27.2	223	14.1	761	48.0	48	3.0	

*p<0.05

의 영향력 분석 결과에서는 전문직의 경우 ‘식사를 대충하는 경향이 있다’라는 결과가 35.5%로 높게 나타났는데 이는 사회 생활로 바쁜 어머니의 공백으로 질적인 간식 공급이 되지 않는 것을 알 수 있었다. 식생활 관리자인 어머니의 인적 자

원을 물적 자원으로 대신할 수 있는 부분을 간식에서도 탐색하여 고등학생들이 건강에 도움이 되는 간식으로 긍정적인 식행동을 가질 수 있도록 해야 한다.

어머니의 교육정도와 간식섭취 후 식사와의 영

향력 분석결과에서는 ‘대졸이상’에서 ‘간식과 전혀 상관없다(50.2%)’로 높았고 ‘식사를 대충하는 경향이 있다’에서는 초등졸에 비해 중졸이상의 학력일 때 높은 경향을 나타내었다.

간식 섭취와 식사와의 상관성을 전반적으로 인식하지 못하고 있지만 용돈이나 수면시간, 어머니 직업에서는 결식 등의 영양불균형 문제를 인식하고 있다. 이러한 문제의 식행동을 일으키는 원인을 분석하고 다양한 매체를 통한 영양교육의 실시가 필요하다.

IV. 요약 및 결론

서울 신촌 지역과 파주 문산 지역에 소재하는 남, 녀 고등학생의 간식 섭취 실태 중 간식 섭취횟수, 간식섭취 종류, 간식 선택이유, 간식 후의 식사영향력에 대하여 조사하고 각 항목과 일반사항과의 차이를 분석하였다. 하루 중 간식 섭취횟수를 분석한 결과에서는 ‘1회’가 39.9%로 가장 높게 나타났고, ‘2회’ 32.5%, ‘3회’ 13.1%, ‘4회 이상’ 4.4%, ‘먹지 않는다’ 3.9%순으로 나타났다. 좋아하는 간식종류를 분석한 결과에서는 ‘우유와 쿠키’가 26.9%로 가장 높게 나타났고, ‘과일류’ 21.8%, ‘떡볶이’ 12.4%, ‘라면’ 11.9%, ‘견과류’ 6.2%, ‘김밥’ 5.2%, ‘샐러드’ 3.1%순으로 나타나 대체로 ‘우유와 쿠키’, ‘과일류’ 등을 가장 선호하는 것으로 볼 수 있다. 간식을 선택하는 이유를 분석한 결과에서는 ‘먹고 싶은 것’이 59.6%로 가장 높게 나타났고, ‘그날의 기분에 따라’ 22.6%, ‘용돈’ 11.3%, ‘친구 권유’ 2.1%, ‘영양’ 2.0%, ‘광고’ 0.3%순이었으나 유의수준이 나타나지 않았다. 간식 섭취 후 영향력 분석 결과, ‘간식과 전혀 상관없다’가 48.0%로 가장 높게 나타났다. 특히 남학생(54.7%)의 경우가 여학생(42.9%)보다 높은 결과였다. 간식 섭취횟수와 한 달 용돈과의 차이 분석 결과, 한 달 용돈에 따라서는 ‘9만 원 이하’의 경우 ‘하루 1회’ 간식을 섭취하는 것으로 나타났으며 ‘10-20만원’의 경우 ‘하루 2회’, ‘21만 원

이상’의 경우 ‘하루 3회’ 간식을 섭취하였다. 용돈 중 식비지출금액에 따라서는 ‘3만 원 이하’나 ‘7만 원 이상’의 경우 ‘하루 1회’ 정도 간식을 섭취하는 것으로 나타났으나 ‘5만원’인 경우 ‘하루 2회’ 정도 간식을 섭취하는 것으로 나타나 차이를 보였다. 수면시간의 경우는 ‘8시간 이하’ 수면을 취하는 경우 ‘하루 1회’ 정도 간식을 섭취하는 것으로 나타났으나 ‘9시간’ 수면을 취하는 경우 ‘하루 2회’ 정도 간식을 섭취하는 것으로 차이를 보였다. 어머니 연령에 따라서는 ‘간식섭취 1회’는 51세 이상(43.4%), ‘2회’에서는 41-50세(33.1%) 3회 이상에서는 31-40세에서 높게 나타났다. 아버지 직업이 ‘생산근로직(42.8%)’과 ‘전문직(44.4%)’인 경우 ‘간식 1회’ 섭취가 높았고 ‘간식 2회 섭취’에서는 ‘무직(42.2%)’인 경우가 높게 나타났고 어머니 직업이 ‘자영업(42.9%)’인 경우와 ‘사무직(43.0%)’인 경우 ‘간식섭취 1회’가 높았다.

아버지 교육정도에 따라서는 ‘간식 섭취 1회와 3회’의 경우 ‘초등졸’에 비해 ‘중졸 이상’인 경우 상대적으로 높게 나타났다. 월 가구소득에서는 ‘500만 원 이상(46.7%)’과 ‘100만원-200만원(40.5%)’에서 ‘간식 섭취 1회’가 높게 나타났고 ‘200-300만원’인 경우는 ‘간식섭취 2회’가 높게 나타났다. 월 가구소득에 따라서는 ‘100만 원 이하’나 ‘500만 원 이상’에 비해 ‘100-400만원’ 수준인 경우 상대적으로 하루 간식 섭취횟수가 많은 것으로 나타났다. 가장 좋아하는 간식종류와 일반사항과의 차이분석 결과, 용돈 중 식비지출금액에 따라서는 ‘5만 원 이하’나 ‘10만원(27.0%)’ 경우 ‘우유와 쿠키’를 가장 좋아하는 것으로 나타났고 ‘7만원(25.4%)’이나 ‘10만 원 이상(22.0%)’의 경우 ‘과일’을 가장 좋아하는 것으로 나타나 차이를 보였다. 어머니 직업에 따라서는 ‘전업주부’, ‘자영업’, ‘생산근로직’, ‘사무직’, ‘전문직’인 경우 ‘우유와 쿠키’를 가장 선호하는 것으로 나타났으나 ‘무직’인 경우 ‘과일류’를 가장 선호하는 것으로 나타나 차이를 보였다. 간식 섭취 후 식사 영향력과 일반사항과의 차이분석 결과, 한 달 용돈, 식사를 준비

하는 사람, 수면시간, 어머니 직업과 학력에 따라 유의적인 차이가 나타났는데($p<0.05$), 전반적으로 ‘간식과 전혀 상관이 없다’라는 답변이 높게 나타났다. 이상의 결과에서 보면, 간식 섭취 횟수를 하루 1-2회로 일정하게 유지하기보다는 고등학생들의 부족한 식사의 양을 확인하여 1일 영양 섭취기준에 따른 적절한 섭취횟수를 결정해야 한다. 간식 종류로는 간편식 위주가 아닌 고등학생에게 필요한 영양소를 함유하고 있는 우유와 유제품, 비타민 무기질 급원식품인 채소, 과일류를 기호에 맞는 형태로 섭취 할 수 있도록 간식 메뉴 개발과 간식 선택기준 지침을 만들어 올바른 식품선택에 도움을 주어야 한다. 또한 간식 섭취에 있어서 일반사항 중 용돈과 부모의 환경 등에서 많이 나타나므로 고등학생의 지닌 환경에 따른 교육을 실시한다면 올바른 간식 습관 정착에 상당한 효과를 가질 수 있으리라고 본다. 용돈에서의 간식에 대한 사용 정도를 먼저 교육시켜 적절한 간식선택이 이루어지도록 하고 부모님의 영향력은 학부모회의 등을 통한 직접 교육과 가정통신문이나 학교 홈페이지를 통한 가정연계교육이 요구된다. 이러한 고등학생의 직, 간접적인 간식에 대한 접근은 간식의 올바른 선택 및 섭취로 이어질 수 있고 성인이 되어서도 건강한 식습관이 유지될 수 있을 것이다.

한글 초록

서울과 파주지역에 소재하는 남, 녀 고등학생 1587명(남 684명, 여 903명) 간식 섭취 실태에 대하여 조사하였다. 하루 중 간식 섭취횟수를 분석한 결과에서는 ‘1회’가 39.9%로 가장 높게 나타났고 좋아하는 간식종류는 ‘우유와 쿠키’, ‘과일류’ 등을 가장 선호하는 것으로 볼 수 있다. 간식을 선택하는 이유를 분석한 결과에서는 ‘먹고 싶은 것’이 59.6%로 가장 높게 나타났고, 간식 후 식사 영향력에 대해서는 ‘간식과 전혀 상관없다(48.0%)’로 답변했다. 아버지 교육정도에 따라서

는 ‘간식 섭취 1회와 3회’의 경우 ‘초등졸’에 비해 ‘중졸 이상’인 경우 상대적으로 높게 나타났다. 용돈 중 식비지출금액에 따라서는 ‘5만 원 이하’나 ‘10만원(27.0%)’ 경우 ‘우유와 쿠키’를 가장 좋아하는 것으로 나타났고 ‘7만원(25.4%)’이나 ‘10만 원 이상(22.0%)’의 경우 ‘과일’을 가장 좋아하는 것으로 나타나 차이를 보였다($p<0.05$) 간식 선택이유와 일반사항 분석에서는 30-50대 어머니의 경우는 ‘먹고 싶은 것’이라고 나타낸 반면 51세 이상 어머니인 경우는 ‘그 날 기분에 따라’라는 결과가 높았다. 또한 어머니의 교육 수준이 ‘고졸 이상’인 경우 ‘먹고 싶은 것’이라는 높은 답변이었다($p<0.05$) 특히 간식 후 식사 영향력과의 차이 분석 결과에서는 35.5%의 고등학생이 어머니의 직업이 전문직인 경우 ‘식사를 대충 하는 경향이 있다’의 답변을 나타내었다. 이러한 결과에서 보면 고등학생들의 간식 습관은 일반사항 중 가정환경에 영향을 받을 수 있는 것을 확인할 수 있었으며, 올바른 건강 간식 선택과 바람직한 간식 습관을 도와주기 위한 간식에 대한 지침이 필요하다.

참고문헌

- Cho EA, Lee SK, Heo GJ (2010). Snack consumption behaviors and nutrition knowledge among elementary school students in Siheung-si. *Korean J Community Nutr* 15(2): 169-179.
- Choi MK (2007). A study on the relationship between fast food consumption patterns and nutrition knowledge, dietary attitude of middle and high school students in Busan. *Korean J Culinary Res.* 13(2):188-200.
- Choi SK, Chio HJ, Chang NS, Cho SH, Choi YS, Park HK, Joung HJ (2008). Snacking behaviors of middle and high school students in Seoul. *Korean J Community Nutr* 13(2): 199-206.

- Doo MA, Seo JY, Kim YH (2009). Factors to influence consumption pattern of snacks of middle school students in Ilsan area. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 38(12): 1732-1739.
- Eom HS, Jung MJ, Kim SB (2005). A study on nutrition knowledge, dietary attitude, food habit of middle school students in Chonbuk area. *Korean J Community Nutr* 10(5): 574-581.
- Giammattei J, Blix G, Marshak HH, Woliitzer AO, Pettitt DJ (2003). Television watching and soft drink consumption: associations with obesity in 11- to 13-years-old school children. *Arch Pediatr Adolesc Med* 157(9) : 882-886.
- Joo EJ, Park ES(1998). Effect of sex and obese index on breakfast and snack intake in elementary school students. *Korean J Dietary Culture* 13(5): 487-496.
- Kim GH, Im YS (1995). A study on the eating behavior and the attitude about weight's control of the high school girls in Kangwondo. *J Korean Home Econ Educ Assoc* 7(1): 29-45.
- Kim GR, Kim MJ (2011). A survey on the dietary behavior of high school students -About regularity of meal and number of meal per day-. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 40(2): 183-195.
- Kim MJ, Kim GR (2002). *Food management*. Kwangmoonkag Publisher. 90-92. Seoul.
- Lee JH, Woo JH, Chae HJ, Lee EH, Chyun JH (2010). Study of dietary behaviors and snack intake patterns by weight of middle school students in Incheon. *Korean J food Culture* 25(4): 366-377.
- Lee JK, Rhie SG (2008). The effect of carbohydrate processed snacks on middle school students'emotional intelligence. *Korean J Community Living Sci* 19(2): 335-351.
- Lee JM, Park HJ, Park SM(2003). A survey on eating behaviors of preschool children for development snack. *Korean J Food Culture* 18(2): 151-159.
- Lee KJ, Lee YN, Jeung YJ, Park RS, Hye CO (2000). Nutrition education and counseling. Hyungsul Publisher. 272-273. Seoul.
- Lyu ES, Lee KA, Yoon JY (2006). The fast food consumption patterns of secondary school students in Busan area. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 35(8): 448-455.
- Ministry of Health and Welfare (2009). *2009 National Health & Nutr Survey*. 267-268.
- Park HO, Kim EK, Chi KA, Kwak TK(2000). Comparison of the nutrition knowledge, food habits and life styles of obese children and normal children in elementary school in Kyeong-gi province. *Korean J Community Nutr* 5(4): 586-597.
- Park IJ, Park YW (2009). Survey on intake of snacks and self-purchased snacks due to lack of sleep in high school students in Gwangju. *Korean J Food Culture* 24(3): 255-266.
- Park SJ, Kim AJ (2000). A retrospective study on the status of obesity and eating weight control behaviors of elementary school children in Incheon. *J Korean Diet Assoc* 6(1): 44-52.
- Park YS (2003). Intake of snack by the elementary school children in Hansan-do Area. *Korean J Soc Food & Cookery Sci* 19(2): 96-106.
- Rhie SG, Park HA, Jung EH (2007). The effects of nutrition education on dietary behavior, nutrition knowledge and weight control of middle school students. *Korean J Community Living Sci* 18(4): 469-480.
- Shim JE, Paik HY, Moon HK, Kim YO (2004). Comparative analysis and evaluation of dietary intakes of Koreans by age groups: (5) meal patterns. *J Korean Home Economics Assoc*

- 42(8): 169-185.
- Song YJ, Joung HJ, Kim YN, Paik HY (2006). The physical development and dietary intake for Korean children and adolescents: food and nutrient intake. *Korean J Nutr* 39(1): 50-57.
- Spear BA (2002). Adolescent growth and development. *J Am Diet Assoc* 102: 23-29.
- The Korean Nutrition Society (2010). *Dietary Reference Intake For Koreans*. 39
- Yun CK, Cho AM, Bajk JS, Yui HR (2003). The study about life culture and consumption among adolescents III: The study about consumption life and measure among adolescents. *National Youth Policy Institute*. 11-14.
- Youn HS, Kwak HJ, Noh SK (2008). A study on dietary behaviors, snack habits and dental caries of high school students in *Gimhae, Kyungnam* province. *Korean J Nutr* 41(8): 809-817.
-
- 2012년 06월 07일 접 수
 2012년 08월 27일 1차 논문수정
 2012년 09월 23일 2차 논문수정
 2012년 11월 20일 3차 논문수정
 2012년 12월 30일 논문게재확정