

식생활라이프스타일 추구 성향에 따른 영양지식수준 및 식품기호도 분석 - 서울, 경기도 거주 주부들을 중심으로 -

이인옥¹ · 정소연² · 홍금주^{3,*}

¹영동대학교 호텔외식조리학과, ²청강문화산업대학교 푸드스타일리스트전공, ³청운대학교 호텔조리식당경영학과*

An Analysis on Nutrition Knowledge Level and Food Preference according to the Food-related Lifestyle Tendency - Focus on Housewives in the Seoul and Gyeonggi area -

In Ork Lee¹, So Yeoun Jung², Geum Ju Hong^{3*}

¹Department of Hotel Food Service & Culinary Arts, Youngdong University

²Department of Foodstylist, Chungkang College of Cultural Industries

³Department of Hotel Foodservice Management, Chungwoon University*

Abstract

The purpose of this study was to examine the difference in nutritional knowledge and food preferences according to food-related lifestyle among 400 married women. Using the K-average clustering method, food-related lifestyles of subjects were categorized into three clusters: rational and diversity-oriented group, convenience-oriented group, and health-oriented group. The nutritional knowledge level and food preferences among three clusters were compared to each other using ANOVA test. The findings were summarized as follows: For the nutritional knowledge level, health-oriented group showed the highest mean score, whereas the lowest score was detected in the convenience-oriented group. The convenience-oriented group showed higher preferences for fish, meat, eggs, fruits, milk/dairy products, seaweed, grains, etc. among natural food than the other groups. Meanwhile, the rational and diversity-oriented group preferred legumes, and green vegetables, whereas the health-oriented group showed preferences for other vegetables. However, the convenience-oriented group reported more preferences for breads, noodles, pancakes, fried/stir-fried food, and processed food such as sausage, ham, and fast food. This study found that nutritional knowledge level and food preferences were significantly different according to food-related lifestyles of married women living in Seoul and Gyonggie areas. Thus, it is suggested that nutritional education targeting married women needs to be carefully designed by considering their food-related lifestyle.

Key Words: Food-related lifestyle, nutrition knowledge level, food preference according

1. 서 론

식생활(Dietary life)이란 인간생활에 있어서 식품에 관련된 모든 활동을 총괄해서 말하는 것이다. 식생활은 단순히 식품을 섭취하는 행위를 말하는 것이 아니고 먹는 것을 수집하여, 먹는 것과 관련된 행위나 활동 모두를 의미하는 것이다(Park et al. 2010).

식생활은 인간 생활의 기본이며, 영양은 '식(食, eating)'의 차원을 떠나서 인간의 육체적, 정신적 성장, 발달과 밀접한 관련이 있다. 사람들은 여러 삶의 영역들 중에서 건강을 가장 중요시 하는 것으로 알려져 있다. 이러한 건강의 가장 중

요한 요소가 식생활이다(Park et al 2010). 또한, 식생활은 인간의 기본생활에서 가장 큰 비중을 차지하고 있으며, 식생활의 내용은 건강상태와 직결되어 일생을 통해 신체적, 정신적 행복유지에 중요한 역할을 하므로 인간의 생명과 건강유지는 식품을 올바르게 섭취할 때 이루어진다고 볼 수 있다(Kim & Cho 2001).

올바른 식생활을 위해서는 바람직한 식습관 형성이 매우 중요하며 보다 우수한 식생활 문화를 형성하기 위해서는 식행동에 영향을 주는 사회적인 요인과 육체적인 요인, 정신적 요인, 건강상태, 식생활에 대한 가치관 등의 요인들을 파악하고 분석하여야 하며, 식생활 태도를 바람직한 방향으로 변

*Corresponding author: Geum-Ju Hong, Dept. of Hotel Foodservice Management, Daehakgil-25, Hongseong-eup Hongseong-gun, Chungnam, 350-701, Korea
Tel: 82-10-5441-5633 Fax: 82-32-522-5633 E-mail: kjhong06@naver.com

화시키는 것이 중요하다(Kim et al. 2003).

현대 사회에서 식품은 단순히 생명 유지 및 존속을 위한 먹거리로서의 기능에서 벗어나 소비하는 사람의 라이프스타일과 사회적 지위뿐만 아니라 그 사회의 경제, 문화 및 생활 양식, 의식구조의 변화를 반영하는 위치로 자리매김하고 있다(Korea Rural Economic Institute 2007). 따라서, 동일한 시대에 사는 사람이라도 식품 구매 능력, 영양과 건강에 대한 태도나 가치관에 영향을 미칠 수 있는 성, 연령, 소득수준 또는 교육수준 등의 인구학적 변인에 따라 생활 양식이 다르게 나타날 수 있다. 사람들의 식품에 대한 태도와 가치관에 따라 식품선택이 좌우되고 이것은 영양 상태를 좌우하는 중요한 요인이 될 것이다(Jin 2001).

세계 식품시장에서 소비자는 1차적인 변화의 주체로서 소득수준의 향상으로 소비자의 선택이 양에서 질로, 상품중심에서 서비스중심으로 그리고 보편화에서 개성화로 가치관이 다양화됨으로써 시장세분화와 독특한 마케팅믹스가 일반화되고 있다. 핵가족화, 여가시간의 증대, 평균수명의 증대, 여성의 사회진출 증대, 소득과 교육수준의 향상 등에 따라 자아실현에 대한 관심이 높아지고 이에 비례하여 소비패턴도 양극화되어 가면서 생활 구조도 많이 변화하였다(Na 2005).

빠른 산업화와 함께 인스턴트식품 시대가 열리면서 패스트푸드와 새로운 식품 가공 기술, 유전자 조작 식품, 과거에는 보지도 못했던 수천가지 식품 첨가물이 우리의 생활에도 도입되기 시작했으며, 서구식 외식산업의 발달은 건강과 관련된 수 많은 새로운 문제를 대두시키기 시작하였다(O'Meara 2000). 과거에는 부족한 영양을 보충하는 것이 생활의 전부였고, 먹는다는 것 자체가 인간생활의 표현이었으나 현대 사회에서의 균형잡힌 음식은 인간으로 하여금 안정감을 느끼게 하고 나아가 자아실현의 욕구충족 수단이 되고 있다(Choi & Kim 2012).

요즘 가정 내에서 건강메뉴 제공에 대한 관심과 더불어 건강과 환경을 고려한 로하스적 조리법과 식사제공에 눈길이 모아지고 있고 이런 시대적 요구에 맞추어 이미 타 외식 시장에서는 저칼로리, 저지방제품이 웰빙식으로 선보이고 있고, 호텔레스토랑 내 '건강식코너', '영양식코너'가 개설되는 양상을 보이고 있다(Kwon et al. 2007).

이와 같은 소비자들의 건강식에 대한 인식 변화로 소비자들의 유형에 관계없이 건강 제품에 대한 요구가 높아지고 있으며 이와 같은 소비자들의 요구는 식품산업에도 커다란 영향을 주고 있다(Divine & Lepisto 2005). 다양한 소비자의 욕구와 행동에 대처하기 위해서는 먼저 소비자를 이해하고 정확하게 파악하여, 삶의 총체적인 부분에서 일어나는 소비자의 라이프스타일 변화를 분석하여 실제 제품 구매행동과 만족도의 상호 작용을 이해하는 것이 매우 필요하다(Chung 2005).

식생활과 건강은 밀접한 관련이 있으며, 최근 우리나라의 급격한 생활의 서구화는 영양 편중과 불균형 현상을 가져

와 성인병의 발병을 가중시켰다. 보다 나은 삶의 질을 위한 생활의 개선은 체위나 체력의 향상뿐만 아니라 질병을 예방하고 건강을 증진시키면서 궁극적으로 수명을 연장시킬 수 있다는 점에서 중요시 된다. 효율적인 영양관리는 영양교육을 통해 건강에 관한 지식과 영양정보를 습득하여 건강한 생활을 하기 위한 태도를 조성할 뿐만 아니라 이를 바탕으로 정신적 건강과 신체적 건강의 지속적인 유지를 통하여 산업 생산성을 높일 수 있어, 성인들의 생활 태도에 대한 관심과 영양지식 수준에 관한 연구의 필요성이 강하게 요구되고 있다.

따라서, 본 연구는 생활을 주도적으로 책임지고 있는 여성들을 대상으로 군집별로 생활유형과 영양지식수준 및 식품기호도와 상관성을 파악하여 식품마케팅 전략에 중요한 자료를 제공하고자 한다.

II. 연구 내용 및 방법

1. 연구대상 및 분석기간

본 연구에는 2011년 통계청 자료에 의해 서울·경기지역(수원, 안양, 부천) 거주인구가 전체인구의 약 42%(자녀를 둔 기혼여성)를 차지하여 모집단으로서 대표성이 있다고 판단되었기 때문이다. 서울, 경기도 거주 주부 중 초등학교 저학년의 자녀를 둔 응답자를 편의표본추출법을 활용하여 무작위로 설문을 실시하였다. 설문지는 온라인 조사기관에 의뢰하여 온라인상에서 정형화된 조사표를 기입하는 자기 기입식 설문지법으로 총 450명(서울(275명), 경기(155명))을 대상으로 실시하였다. 조사대상을 자녀를 둔 기혼여성으로 국한한 이유는 주부는 가정 내 식품선택과 소비를 계획하는 계층으로 경제학적·행동주의적·식품영양학적 등의 접근을 통해 세부 소비자계층으로 규명되었기 때문이다. 조사기간은 2012년 4월 1일~2012년 4월 30일 동안 실시하였다. 총 450부의 설문지를 배포하여 회수된 설문지는 409부로 회수율은 95.1%였으며, 이중 불성실하거나 누락된 항목이 많은 설문지를 제외하고 분석에 사용된 설문지는 400부(93%)였다.

2. 연구 내용 및 방법

본 연구는 선행연구를 중심으로 생활 라이프스타일에 대한 문항은 Steptoe, Pollard & Wardle(1995)의 식품선택 설문과 Chaiy SI(1992)의 체계적 분석의 틀에 따른 라이프스타일 연구 중에서 생활에 관련된 부분을 발췌하였다. 영양 지식에 대한 부분은 Jang(2010), Cho(2011)의 연구를 바탕으로 관련문항을 추출하였으며, 식품기호도에 대한 부분은 Sin & Lee(2005), Jang(2010)의 연구를 바탕으로 발췌하여 사용하였다.

설문지의 조사항목은 생활 라이프스타일, 영양지식수준, 식품기호도, 일반사항으로 구분하여 실시하였다. 생활 라이프스타일 추구성향에 관한 항목으로 총 22개 문항을 선정하였고, 영양지식에 관한 6문항으로 구성 되었고, 식품기호

도에 관한 질문으로 총 18문항으로 구성 되었다. 마지막으로 인구 통계학적인 특성을 알아보기 위하여 ‘연령’, ‘학력’, ‘직업’, ‘월소득’, ‘자녀수’, ‘주거형태’, ‘가족형태’로 총 7문항으로 구성 되었다. 설문형태는 다지선다형으로 응답자가 직접 기입하도록 하는 자기 기입방법을 택하였고, 변수들 항목은 리커트(Likert)의 5점 척도를 이용하였다.

3. 통계처리

자료 분석방법으로 수집된 자료의 통계처리하는 데이터 코딩(data coding)과 데이터 클리닝(data cleaning) 과정을 거쳐, 통계 패키지 SPSS18.0 프로그램을 이용하였다.

조사 대상자의 인구통계학적 특성을 파악하기 위하여 빈도분석(Frequency analysis)을 실시하였다. 측정 도구의 타당성을 검증하기 위하여 요인분석(Factor analysis)을 실행하였으며, 신뢰도(Reliability analysis) 검증을 실시하였다. 집단간의 차이검증은 χ^2 을 통해 유의성을 살펴보았다. 주부들의 식생활라이프스타일요인을 동질적 집단으로 그룹핑하기 위해 비계층적 군집분석을 실시하여, 식생활라이프스타일에 따른 군집간의 차이검정을 위해 일원배치분산분석(ANOVA)를 실시하였으며, Duncan’s의 사후검증을 실시하였다.

III. 결과 및 고찰

1. 조사 대상자의 인구통계학적 특성

조사대상자의 인구통계학적 변수 분석은 <Table 1>과 같다. 총 400명의 여성으로부터 유효한 응답을 확보하였으며, 먼저 ‘연령대’는 ‘20대’ 5%, ‘30대’ 49.8%, ‘40대’ 34.0%, ‘50대’ 10.3%, ‘60대 이상’ 1.0%로 나타났다. ‘학력’은 ‘대졸’이 57.5%로 가장 높게 나타났고, ‘고졸’이 17.8%, ‘전문대졸’이 14.5%, ‘대학원 이상’이 8.5% 순으로 나타났다. ‘직업’은 ‘전업주부’가 39.5%, ‘회사원’이 28.5%, ‘자영업/개인사업’이 10.0%, ‘학생과 전문직’이 각각 6.0%로 나타났다. ‘월 소득’은 ‘401~500만원’이 53.0%, ‘501만원 이상’이 47.0%로 나왔다. ‘자녀수’는 ‘1명’이 46.8%, ‘2명’이 46.3%, ‘3명 이상’이 7.0%으로 각각 파악되었다. ‘주거형태’는 ‘아파트’가 67.3%로 가장 높게 나타났고, ‘공동주택’ 20.0%, ‘단독주택’ 12.3%, ‘기타’ 0.5%로 나타났다. ‘가족형태’는 ‘핵가족’ 84.3%, ‘대가족’ 15.5%, ‘기타’ 0.3% 순으로 나타났다.

2. 식생활라이프스타일에 대한 요인 및 신뢰도 검증

자녀를 둔 기혼여성들의 식생활 라이프스타일에 따른 요인 및 신뢰도 분석은 <Table 2>에 제시되어 있다. 본 연구에서는 요인분석 방법으로 주성분분석과 베리맥스(varimax)회전을 사용하였으며, 기준 고유값(eigenvalue) 1 이상을 갖는 요인수를 추출하였으며, 요인 적재치는(factor loading) 0.4 이상의 것을 사용하였다.

요인분석 결과, 총 5개 요인으로 구성되었다. 전체 누적설

<Table 1> General characteristics of respondents

	Characteristics	Frequency	Percentage (%)
Age	20s	20	5.0
	30s	199	49.8
	40s	136	34.0
	50s	41	10.3
	More than 60s	4	1.0
Education level	Less than middle school	7	1.8
	High school only college	71	17.8
	University	58	14.5
	Graduate school or more	230	57.5
Occupation	Housewife	34	8.5
	Student	158	39.5
	Company employee	24	6.0
	Government employee	114	28.5
	Self-employed/Private business	23	5.8
	Professional	40	10.0
	Service industry Etc.	24	6.0
Monthly income	4,010,000-5,000,000 won	12	3.0
	more than 5,010,000 won	5	1.3
Number of children	only one	212	53.0
	two	188	47.0
	more than three	187	46.8
Type of residence	Apartment	185	46.3
	Apartment house	28	7.0
	Detached house	269	67.3
	Etc.	80	20.0
Type of family	Extended family	49	12.3
	Nuclear family	2	0.5
	Etc.	337	84.3

명력은 71.39%로 나타났다. 또한 각 문항은 해당 요인과의 상관인 요인적재치(factor loading)는 0.50 이상이며, 2개 요인에 동시에 높은 상관을 보이고 있지 않아 판별타당성과 집중타당성 모두 적합한 것으로 볼 수 있다.

요인1은 문항18 ‘동일제품의 여러 회사 가격을 비교해서 구입하는 편이다.’ 문항19 ‘식품을 구입할 때 가격정보를 늘 체크하는 편이다.’, 문항20 ‘식품을 구입할 때 유통기한을 항상 확인한다.’, 문항21 ‘식품을 구입할 때 내용물의 성분을 확인한다.’, 문항22 ‘식품을 필요할 때마다 구입해서 사용한다.’ 등 5개의 문항으로 구성되었으며, 이들 문항은 구매의 합리적 행동을 의미하는 문항들로서 이를 ‘합리 추구형’이라고 명명하였다. 아이겐값은 4.108, 설명력은 18.67% 가량이며, 신뢰도계수는 0.885로 높게 나타났다.

요인2는 문항10 ‘다양한 맛을 위해 매번 식단을 바꾸는 편이다’, 문항11 ‘새로운 음식을 먹어보는 것을 좋아한다’, 문항12 ‘처음 보는 식품이라도 맛있어 보이면 구매한다’, 문항

<Table 2> Reliability and validity analyses of food-related lifestyle

Factor	Variables	Factor loading	Eigen value	Variance	Cronbach's α
Rational pursuit	Check price information when purchasing food.	0.779	4.108	18.671	0.885
	Always check expiration date when buying food.	0.773			
	Check the ingredients in contents when purchasing food.	0.737			
	Compare same products with different company when purchasing food.	0.698			
	Buy food whenever I need it.	0.633			
seeking adventure	quickly accept the trend of food.	0.743	3.158	14.353	0.882
	love to try new food.	0.685			
	buy food which looks delicious although it's first time to see that.	0.661			
	frequently change diet for diverse taste.	0.632			
Health seeking	try not to have instant food.	0.721	3.068	13.946	0.895
	considering obesity when having food.	0.680			
	considering nutrition when having food.	0.621			
	eat daintily for the health.	0.606			
	frequently have organic or eco-friendly food.	0.535			
Pursuit of taste	buy food from well known companies although the price is expensive.	0.719	2.812	12.783	0.873
	buy expensive groceries comparatively.	0.711			
	visiting reputable restaurant.	0.641			
	do not save money on food compared to other spending.	0.576			
Convenience seeking	frequently visiting fast food store for meals.	0.795	2.560	11.636	0.755
	purchasing Kimchi rather than making it.	0.721			
	prefer bread and mixed grain powder and rather than rice for breakfast.	0.692			
	try to save preparing and eating time.	0.616			
KMO= .921		Bartlett's test $\chi^2=3615.781$ (df=190, Sig.=0.000)			
Total cumulative=71.389%					

13 ‘음식의 유행을 빨리 받아들이는 편이다.’ 등 4개의 요인으로 나타났으며, 이는 음식의 다양화를 추구하는 소비자의 특성을 반영하는 문항으로서 이를 ‘모험 추구형’이라고 명명하였다. 아이겐값은 3.158, 설명력은 14.35%가량이며, 문항의 신뢰도 역시 0.882로 높은 수준으로 파악되어 하나의 개념으로 파악할 수 있다.

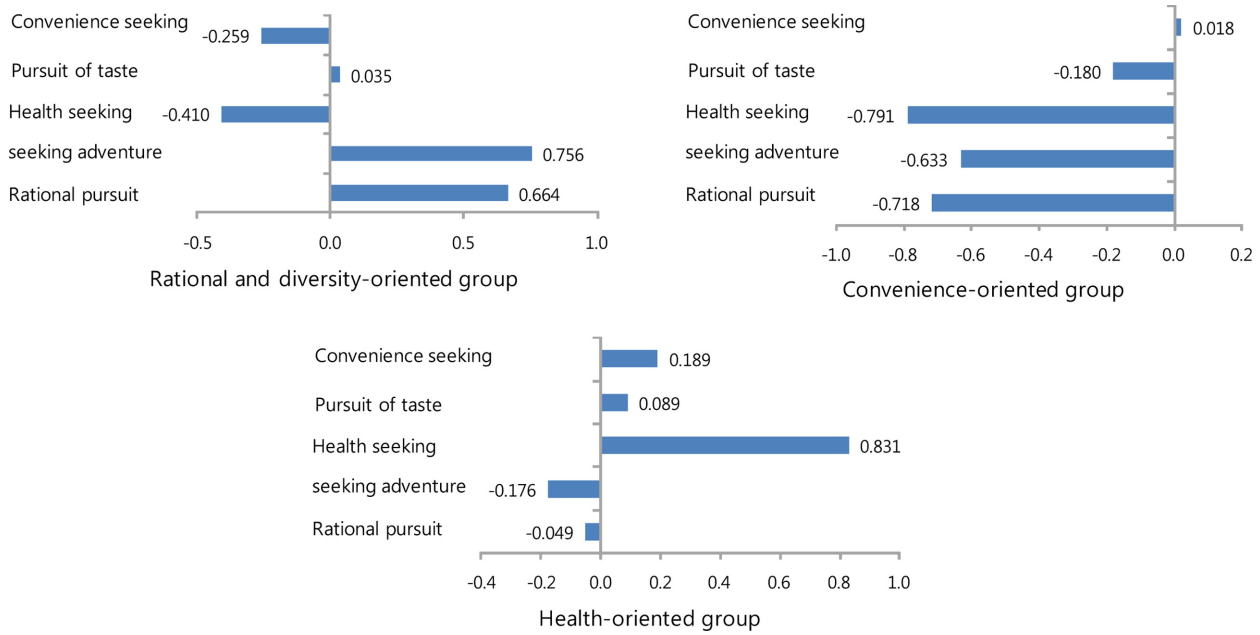
요인3은 문항1 ‘건강을 위해 음식을 가려 먹는다.’, 문항2 ‘유기농식품, 친환경제품을 자주 이용한다.’, 문항3 ‘음식을 먹을 때 영양가를 고려하는 편이다.’, 문항4 ‘인스턴트 식품을 가능하면 먹지 않는다’, 문항5 ‘비만을 고려한 식생활을 한다.’, 등 5개 문항으로 나타났으며, 이는 건강과 관련된 소비행동을 의미하는 문항으로서 이를 ‘건강 추구형’이라고 명명하였다. 아이겐값은 3.068, 설명력은 13.95%가량이며, 신뢰도계수는 0.895로 높은 수준으로 파악되었다.

요인4는 문항6 ‘나는 비교적 고가의 제품을 사는 편이다.’, 문항7 ‘가격이 비싸도 이름난 회사의 식품을 구매한다.’ 문항8 ‘맛있다고 소문난 음식점을 찾아다니는 편이다.’ 문항9 ‘다른 부분에 비해 식생활에 돈을 아끼지 않는 편이다’, 등 4개 문항으로 나타났으며, 이는 고급과 관련된 소비행동을 의미하는 문항으로서 이를 ‘미각 추구형’이라고 명명하였다. 아이겐값은 2.812, 설명력은 12.78%가량이며, 신뢰도계수는 0.872로 높은 수준으로 파악되었다.

마지막으로 요인5의 경우 문항14 ‘아침식사는 밥보다는 미숫가루나 빵 등으로 간단하게 먹는 편이다.’, 문항15 ‘식사대용으로 패스트푸드점을 종종 이용한다.’, 문항16 ‘김치는 담그지 않고 사서 먹는다.’, 문항17 ‘식사준비 및 식사시간을 가능한 아끼는 편이다.’ 등 4개의 문항으로 나타났으며, 이는 식품 소비시 간편성과 편리성을 의미하는 행동으로서 이를 ‘편의 추구형’이라고 명명하였다. 아이겐값은 2.556, 설명력은 11.7%가량으로 나타났다. 신뢰도계수는 0.734로 높게 파악되었다.

3. 식생활 라이프스타일의 군집분석

본 연구는 자녀를 둔 기혼여성들의 식생활 라이프스타일에 따른 군집분석을 통해 군집별 영양지식수준 및 식품기호도의 특성을 고찰 하고자 하는데 목적을 두고 있다. 식생활 라이프스타일의 항목에 대한 응답자의 유사성의 정도에 따라서 군집수를 결정하기 위하여 변수를 군집화하기 보다는 대상이나 응답자를 군집화 하는데 많이 이용되는 비계층적 분석에서 가장 널리 사용되는 K-평균 군집분석(Cluster Analysis)을 실시하였다(Song 2011). 군집방법은 그룹의 수 혹은 그룹 구조에 대한 가정이 없어 객체들 사이의 상사성 또는 거리에 의하여 군집을 구분하므로, 방법에 따라 군집의 수와 내용이 달라질 수 있으므로 군집들 간의 중복성이 극



<Figure 1> Cluster analysis according to food-related lifestyle

소화되고 군집의 크기가 시장세분화의 기준으로 사용될 수 있을 정도로 고루 분산되어 있는지를 고려하여, 군집의 수를 3개에서 5개로 정하여 군집분석을 실시한 결과 군집의 수를 3개로 분석하는 경우 균형성과 내용관련성 측면에서 가장 안정적이고 설득력 있는 패턴을 보여주어 3개의 군집수가 적절한 것으로 판단되었다. 집단별 요인 점수 평균값인 군집의 중심점(Cluster centroid)을 통하여 각 군집의 특성을 살펴보면 <Figure 1>과 같다.

먼저 군집1의 경우 모험 추구형과 합리 추구형의 수준이 각각 평균(0.75)와 평균(0.66)으로 높고, 반면 건강 추구형과 편의 추구형은 낮은 집단으로 파악되었다. 즉 식품선택시 다양성을 추구하면서 합리적인 행동을 하는 집단으로 이를 ‘합리·다양화집단’으로 명명하였다. 군집2의 경우, 식생활 라이프스타일 요인의 특성점수를 보면 모험 추구형, 합리 추구형, 건강 추구형, 미각 추구형이 음(-)의 값이 나타났으며 편의 추구형만 양(+)의 값으로 나타났다. 즉 이는 식품선택시 합리적인 선택을 고려하지 않고, 다양성을 추구하지 않으며, 건강을 고려하지 않고, 고급화를 지향하는 소비행위도 보이지 않는 집단을 의미한다. 이러한 집단은 식품선택 편의성을 추구하는 집단으로 이를 ‘간편화집단’으로 명명하였다. 마지막으로 군집3은 건강 추구형의 수준은 높고, 미각 추구형과 편의 추구형은 낮은 것으로 나타났다. 즉 식품선택시 건강을 생각하여 구매를 하는 집단으로 이를 ‘건강지향화집단’으로 명명하였다. 총 400명 중, 식생활 라이프스타일 군집에서 건강지향화집단 165명으로 가장 많았으며, 다음 합리·다양화집단이 128명, 간편화집단이 107명 순으로 나타났다. 즉 전체 주부소비자 중 건강추구 성향을 지닌 소비자들이 높은 구성을 보이고 있는 반면, 간편화 집단은 낮게 나타났다.

Lee et al.(2011)의 외식 소비자의 식생활 라이프스타일에 따른 초밥 소비행동 분석에서는 미각·건강 지향형(N=121), 편의 지향형(N=96), 소극적 식생활 유형(N=83)의 3개의 군집으로 나누었으며, Lee(2012)의 여성들의 식생활 라이프스타일에 따른 김치구매 선택속성이 구매의도에 미치는 영향에 관한 연구에서는 안전성 선호집단(N=105), 식생활 무관심 집단(N=46), 미각추구집단(N=64)의 3개의 군집으로 나누었다. 건강지향형의 응답자수가 가장 많게 나온 본 연구와 일치하는 결과를 보였다.

4. 식생활 라이프스타일에 따른 영양지식수준

식생활 라이프스타일 추구성향에 따른 영양지식 문항의 수준을 파악하기 위해서 2분석을 실시하였으며, 그 결과는 <Table 3>과 같다.

군집별 영양지식 문항수준의 χ^2 분석 결과, 문항 4의 ‘섬유소는 장 운동을 촉진하고, 대변량을 증가시킨다’를 제외한 모든 문항에서 유의한 차이를 보이는 것으로 나타났다 ($p<0.05$). 모든 문항에서 ‘건강지향화 집단’이 가장 높은 정답률을 보였다.

‘건강지향화 집단’이 다른 집단에 비하여 영양지식 수준이 높은 것으로 나타났으며, 이는 다른 집단에 비해 영양지식 수준이 높아 건강에 대한 관심이 높고, 유기농, 친환경, 저염식 등의 건강지향적 식품을 선호하는 것으로 판단된다.

‘간편화 집단’은 다른 집단에 비하여 영양지식 수준이 현저히 낮은 것으로 볼 수 있는데, 이는 다른 집단에 비해 영양지식 수준이 낮아 건강에 대한 관심 보다는 바쁜 현대생활 속에서 식품 구매와 조리, 외식에 있어서 간편화에 대한 편리성을 추구하기 때문으로 풀이된다. 건강과 영양성분에

<Table 3> Nutrition knowledge level of cluster types by food-related lifestyle

	Rational and diversity-oriented group (n=128)	Convenience-oriented group (n=107)	Health-oriented group (n=165)	χ^2
Carbohydrate is nutrient that generates energy needed for human activities.	73(39.5)	22(11.9)	90(48.6)	38.96***
Calcium is in dairy products as well as green vegetables and whole fish.	70(39.8)	25(14.2)	81(46.0)	26.16***
Vegetables, fruits and potatoes contain large amount of vitamin C.	78(39.4)	22(11.1)	98(49.5)	49.00***
Fiber promotes bowel movement and increases the quantity of stool.	31(29.8)	21(20.2)	52(50.0)	5.08
Soy products (soy, tofu, bean curd) are good source of protein as well as meat and fish.	93(43.1)	21(9.7)	102(47.2)	72.89***
Our body is trying to save amount of energy if we don't intake required energy per day.	54(34.2)	15(9.5)	89(56.3)	43.85***

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

<Table 4> Natural food preference of clusters types by food-related lifestyle

	Rational and diversity-oriented group (n=128)	Convenience-oriented group (n=107)	Health-oriented group (n=165)	f-value	p-value
Fish	3.78±0.83 ^a	2.83±1.17 ^b	3.72±0.88 ^a	36.294	0.000
Meat (Pork, Beef, Chicken)	4.01±0.76 ^a	2.97±1.14 ^c	3.63±0.76 ^b	41.345	0.000
Beans (To-fu, Soymilk, Etc)	3.96±0.73 ^a	2.86±0.98 ^b	3.78±0.81 ^a	58.093	0.000
Eggs (Egg, Quail egg, etc)	3.83±0.73 ^a	2.90±1.03 ^c	3.52±0.73 ^b	38.498	0.000
Milk, Dairy product, Anchovy, Etc	3.95±0.79 ^a	2.92±1.08 ^c	3.64±0.88 ^b	38.751	0.000
Seaweed (sea mustard, seaweed, kelp, etc)	4.02±0.73 ^a	3.01±1.09 ^c	3.75±0.83 ^b	40.207	0.000
Fruits (apple, pear, grape, etc)	4.29±0.78 ^a	3.06±1.24 ^c	3.93±0.89 ^b	49.728	0.000
Green vegetables (carrot, lettuce, cabbage, etc)	3.72±0.93 ^a	2.95±1.08 ^b	3.66±0.92 ^a	22.607	0.000
other vegetables (cucumber, radish, onion, etc)	3.78±0.75 ^a	2.93±1.09 ^b	3.62±0.93 ^a	28.000	0.000
grains (rice, mixed grains, etc)	3.80±0.72 ^a	2.99±1.10 ^b	3.67±0.81 ^a	28.656	0.000

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

대한 고려보다는 시간을 줄이려는 성향이 강하기 때문으로 판단된다.

Choi & Kim(2012)의 연구결과도 영양지식은 전문성과 함께 식생활 관련 과업을 수행할 수 있는 능력과 밀접한 관련이 있는데, 영양지식이 높을수록 건강한 메뉴를 선택하고 있으며 반면 편의성과 감각성 위주의 메뉴는 선택하지 않는다고 보고하였고, Kim(2003)의 연구에서도 영양지식이 높을수록 편의식품이나 패스트푸드 섭취의 빈도가 낮은 것으로 나타났다.

5. 식생활 라이프스타일에 따른 식품기호도

식품기호도 문항에 대한 군집별 인식을 파악하기 위해서 분산분석(ANOVA)을 실시하였으며, 그 결과는 <Table 4>에 제시하였다.

군집별 자연식품 기호도의 분산분석 결과, 모든 항목에서 유의한 차이를 보이는 것으로 나타났다(p<0.05). 자연식품이란, 천연 상태의 식품을 말하고 과일, 야채, 곡물, 두류, 식용의 씨앗 등이다. 그리고 화학비료를 사용하지 않고 살충제(농약)에 오염되지 않은, 완전히 “유기적으로” 생육한 것으로 되어 있다(Korea dictionary Research, 1996).

생선류는 ‘합리·다양화집단’과 ‘건강지향화 집단’에서 각

각 3.78과 3.72로 높게 나타났으며, ‘간편화 집단’이 2.83으로 가장 낮게 나타났다. 육류는 ‘합리·다양화집단’에서 4.01로 가장 높게 나타났으며, ‘건강지향화 집단’이 3.63, ‘간편화 집단’이 2.97 순으로 나타났다. 콩류는 ‘합리·다양화집단’이 3.96, ‘건강지향화 집단’이 3.78로 나타났으며, ‘간편화 집단’이 2.86으로 나타났다. 난류는 ‘합리·다양화집단’에서 3.83로 가장 높게 나타났으며, ‘건강지향화 집단’이 3.52, ‘간편화 집단’이 2.90 순으로 나타났다. 우유, 유제품, 멸치 등은 난류와 같은 경향을 보이고 있다. ‘합리·다양화집단’에서 4.02로 가장 높게 나타났으며, ‘건강지향화 집단’이 3.75, ‘간편화 집단’이 3.01 순으로 나타났다.

해조류는 ‘합리·다양화집단’에서 4.02로 가장 높게 나타났으며, ‘건강지향화 집단’이 3.75, ‘간편화 집단’이 3.01 순으로 나타났다. 과일류는 ‘합리·다양화집단’에서 4.29로 가장 높게 나타났으며, ‘간편화 집단’이 3.06으로 가장 낮게 나타났다. 녹색채소는 ‘합리·다양화집단’과 ‘건강지향화 집단’에서 각각 3.72과 3.66으로 높게 나타났으며, ‘간편화 집단’이 2.95로 낮게 나타났다.

그 외의 채소류는 ‘합리·다양화집단’에서 3.78, ‘건강지향화 집단’에서 3.62로 나타났으며, ‘간편화 집단’이 2.93으로 나타났다. 곡류는 ‘합리·다양화집단’과 ‘건강지향화 집

<Table 5> Processed food preference of clusters types by food-related lifestyle

	Rational and diversity-oriented group (n=128)	Convenience-oriented group (n=107)	Health-oriented group (n=165)	f-value	p-value
Fried and Stir-fried food, pancakes	3.00±0.78 ^a	2.95±1.08 ^a	2.87±0.99 ^a	0.665	0.515
Processed food (Sausage, ham, cannedfood, etc)	3.17±0.88 ^b	3.52±0.87 ^a	2.90±1.10 ^c	13.182	0.000
Instant food (ramen, cup-ramen, etc)	3.24±0.89 ^b	3.50±0.83 ^a	2.99±1.10 ^c	8.711	0.000
Fast food (hamburger, pizza, chicken, etc)	2.98±1.12 ^{ab}	3.21±1.02 ^a	2.84±0.93 ^b	4.791	0.009
Coke, Soda, Coffee, etc.	2.94±1.13 ^a	3.11±0.96 ^a	2.93±0.96 ^a	1.329	0.266
Breads (bread, doughnut, etc)	2.91±0.96 ^a	2.98±1.13 ^a	2.89±0.94 ^a	0.270	0.764
Noodles(kalguksu, U-dong, jajangmyeon etc.)	3.50±0.86 ^a	3.69±0.86 ^a	3.07±1.08 ^b	13.748	0.000
Snacks	3.00±0.90 ^{ab}	3.21±0.88 ^a	2.94±1.10 ^b	3.346	0.047

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

단'에서 각각 3.80과 3.67로 나타났으며, '간편화 집단'이 2.99로 낮게 나타났다.

Lee(2010)은 자녀를 둔 모의 로하스라이프스타일이 친환경적 성향이고 자원절약 성향일수록 향후에도 지속적인 친환경식자재의 구매의도가 높은 것으로 나타났다. 자녀를 둔 모의 로하스라이프스타일이 건강지향적이고 친환경 태도가 높고 가족지향적일수록 건강한 식생활을 실천하는 정도가 높다는 사실을 알 수 있었다. Cho et al.(2011)의 연구에서 초밥 부재료에 대한 선호도는 편의 지향형에서 높았으며, 소극적 식생활 유형은 날 생선, 날 새우 혹은 날 육류에 대한 선호도가 낮게 나타났다. 맛·건강 지향형은 장어구이, 채소류 등의 부재료를 선호하였다. 이는 식생활이 다양해지고 생활수준의 향상으로 풍부한 식생활을 영위하기 위해 영양성과 더불어 기호성이 우수한 식품을 주부들이 요구하기 때문이다.

군집별 가공식품 기호도의 분산분석(ANOVA) 결과는 <Table 5>에 제시하였다. 튀김류와 패스트푸드 항목에서 유의한 차이를 보이는 것으로 나타났다(p<0.05). 가공식품은 농산물과 수산물, 임산물, 축산물 재료를 소비자가 먹기 편하도록 영양과 저장성을 고려하여 화학적, 생물학적, 물리적 방법 등으로 가공한 식품이라고 정의할 수 있다(Korean society of food science and technology, 2006).

튀김, 볶음, 전은 '건강지향화 집단'과 '합리·다양화 집단', '간편화 집단'에서 유의한 차이는 보이지 않았으나, '건강지향화 집단'이 2.87로 가장 낮은 평균값을 나타내었다. 소시지, 햄과 같은 가공식품은 '간편화 집단'이 3.52로 가장 높게 나타났으며, '합리·다양화집단'에서 3.17, '건강지향화 집단'이 2.90 순으로 나타났다. 인스턴트식품은 '건강지향화 집단'에서 2.99로 가장 낮게 나타났으며, '간편화 집단'은 3.50으로 가장 높게 나타났다. 패스트푸드는 '간편화 집단'이 3.21로 가장 높게 나타났으며, '합리·다양화집단'에서 2.98, '건강지향화 집단'이 2.84 순으로 나타났다.

콜라, 사이다, 커피 등과 빵류는 '건강지향화 집단'과 '합리·다양화 집단', '간편화 집단'에서 유의한 차이는 보이지 않았으나, 콜라, 사이다, 커피 등 '건강지향화 집단'이 2.93으로 가장 낮은 평균값을 나타내었으며, 빵류에서도 '건강지향

화 집단'이 2.89로 나타났다.

면류는 '간편화 집단'이 3.69, '합리·다양화 집단'이 3.50으로 나타났으며, '간편화 집단'은 3.07로 나타났다. 과자류는 '간편화 집단'이 3.21로 가장 높게 나타났으며, '건강지향화 집단'은 2.94로 나타났다. 간편화 집단은 식행태에서의 변화로 인해 서두르는 경향이 많으며 시간을 절약하고, 또한 요리를 하는 것에 대해서 별로 관심이 없으며 간편하게 전자렌지를 이용하여 혼자서 식사를 하는 성향이 높기 때문에 손쉽게 구해서 데워 먹을 수 있는 가공식품이나 패스트푸드, 국수 같은 음식의 선호도가 높은 것으로 사료된다. Han (2014)은 편의추구형의 식생활 라이프스타일이 강할수록 가공식품 이용횟수는 증가하는 것으로 보여 진다고 하였으며, 본 연구와 비슷한 경향을 보이고 있다. 또한, Kim & Ahn (2015)은 "고관여형" 라이프스타일 추정계수는 판촉할인, 수입산, 간편식 가공식품에 유의미한 양의 값으로 추정되었으며, 이는 "고관여형" 라이프스타일을 가진 소비자의 경우 판촉할인, 수입산, 간편식 가공식품에 대해 이를 구매할 확률이 '웰빙·건강추구형' 라이프스타일에 비해 상대적으로 높다는 것으로 해석하였다.

IV. 요약 및 결론

최근 산업화로 인해 바쁜 현대인들은 맛있고 편리하며 다양한 식품을 원하고 있다. 이에 따라 현대인의 식생활은 새로운 개인주의적 식생활, 다양한 맛과 멋의 추구, 건강지향성 식품과 자연식품의 추구, 외식산업의 번창과 가공식품의 발달 등 식생활 환경적 변화 요인에 의해 영향을 받는다. 식생활을 주도적으로 책임지고 있는 여성들을 대상으로 군집별로 식생활유형이 영양지식수준 및 식품기도도에 미치는 영향을 알아보려고 하였다.

본 연구에서는 자료 분석을 위해 SPSS 18.0 Program을 사용하였다. 기초적인 자료 분석을 하기 위해서는 빈도분석, 신뢰도 및 요인분석, 군집분석, χ^2 분석을 사용하였다. 연구의 표본은 서울·경기지역에 거주하는 자녀를 둔 기혼여성 445명을 대상으로 설문하였으며, 그 중 미비된 설문 45부는 제

외하고 서울 255명, 경기 145명 총 400명의 응답 자료를 분석에 사용하였다. 연구결과를 요약하면 다음과 같다.

식생활 라이프스타일 추구성향은 선행연구를 바탕으로 요인별로 유형화하고자 하였고, 유형화된 요인을 연구자의 조작적 정의에 따라 합리 추구형, 모험 추구형, 건강 추구형, 미각 추구형, 편의 추구형의 5개 요인으로 추출되었다. 식생활 라이프스타일 추구성향의 요인들을 기준으로 K-평균 군집방법을 이용한 군집분석을 통해 3개의 집단으로 정하여 군집1은 합리·다양화 집단, 군집2는 간편화 집단, 군집3은 건강지향화 집단으로 분류하였다.

식생활 라이프스타일 추구성향에 따른 영양지식 수준의 차이분석에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 모든 문항에서 '건강지향화 집단'이 가장 높은 정답률을 보였다. '건강지향화 집단'이 다른 집단에 비하여 영양지식 수준이 높게 나타난 것은 건강한 삶에 대한 추구로 인하여 영양을 챙기려는 소비자들의 식생활에서의 관심증가로 영양지식 수준이 높아진 것으로 판단된다. '간편화 집단'은 다른 집단에 비하여 영양지식 수준이 현저히 낮은 것으로 나타났는데 이는 바쁜 현대생활 속에서 식품 구매와 조리, 외식에 있어서 건강과 영양성분에 대한 고려보다는 시간 절약과 편리성을 추구하기 때문으로 나타났다.

식생활 라이프스타일 추구성향에 따른 식품기호도의 차이분석에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 자연식품의 기호도에서는 생선류, 육류, 난류, 과일류, 우유 및 유제품, 해조류 등은 '합리·다양화 집단'이 선호하는 식품으로 나타났다. 또한, 콩류, 녹황색채소류, 그 외 채소류, 곡류 등은 '건강지향화 집단'이 선호하는 식품으로 나타났다. 가공식품 기호도에서는 튀김, 볶음, 전, 소시지, 햄과 같은 가공식품, 패스트푸드, 빵류, 면류는 '간편화 집단' 선호하는 것으로 나타났다.

서울, 경기의 주부들은 영양지식이 높을수록 건강한 메뉴를 선택하고 있으며 반면 편의성과 감각성 위주의 메뉴는 선택하지 않는 것으로 나타났다. 따라서 그 들이 지식을 실생활에 응용하려는 실천력을 길러줄 수 있는 교육이 절실하다고 생각된다. 이러한 발전을 위해서는 국가적 차원에서 영양정책에 관한 적극적인 대책을 수립해야 하며 다각적인 각도에서 지원하고 추진시켜야 함은 당연한 것이라고 사료된다.

향후 간편화 집단은 편리성을 갖고 있는 식품을 추구하는 특성과 함께 건강과 맛을 증가시키는 식품의 이용도를 높여야 한다. 특히, 맛과 건강을 중요시하는 30~40대 주부들을 대상으로 건강지향형의 패스트푸드 개발 및 테이크아웃 서비스의 활성화, 간편가정식 개발, 화학첨가물을 줄이는 등의 방법을 활용하여 더 건강하고 맛있는 편리한 제품을 개발해야 할 것으로 판단된다. 합리·다양화 집단, 건강지향화 집단은 건강과 다양한 식재료에 대해 호기심을 가지고 있기 때문에 유기농(친환경)제품 및 고품질의 식자재를 이용한 메뉴 및 제품개발이 효과적인 방법이라고 사료된다. 유기농(친환

경) 제품은 깨끗하고 안전하다고 인식하고 선호하기 때문에 이러한 인식이 계속 유지될 수 있도록 유기농(친환경)제품의 품질관리가 철저히 이루어져야하고 유기농(친환경)제품의 공급처가 더욱 다양화 되어야 할 것으로 보인다. 또한 건강과 환경을 고려한 건강한 식생활을 정착하기 위해 다양한 교육과 홍보 및 적극적인 관심이 요구된다고 본다.

본 연구는 서울·경기 지역을 대상으로 연구를 진행하였다는 점과 표본을 기혼여성으로 한정하여 연구를 진행하였기 때문에 연구결과를 일반화하는데 제한점이 있다.

References

- Na JK. 2005. Understanding Foodservice Industry. Baeksan publishing, Seoul, pp 238-239
- Park YS, Lee JW, Seo JS, Lee BK, Lee HS. 2010. Nutrition education & counseling. Gyomoon publishers. Seoul 2
- Song JJ. 2011. Statistical Analysis of spss/amos require for paper writing. 21cbook, kyonggi-do, pp 246-275
- Korean society of food science and technology 2006. Food Science terminology dictionary. Kwangil publishing, kyonggi-do, p 146
- Chaiy SI. 1992. Social Science Research Method and Analysis. Hakhyunsa, Seoul, p 230
- Korea Rural Economic Institue. 2007. Analysis of Food Consumption Trend of Korean people. Report of research R560, p 15
- Korea dictionary Research. 1996. Manual nursing practice, Korean academy of nursing
- Cho YH. 2011. The mutual relationship and the level of the day-care center teacher and the mother about the eating habits, the nutritional knowledge and the nutritional attitude. Master's degree thesis, Sungshin Women's University, Korea, pp 17-19
- Choi JE, Kim YG. 2012. The Relationship between University Students' Nutrition Knowledge, Dietary Self-efficacy, Dietary Habits and Menu Choice Behavior. J. Foodserv. Manag., 15(6):249-275
- Chung LI. 2005. Analysis of consumer inclination to convenience towards home meal replacement in Korea. Ph.D. Dissertation, Yonsei University, Korea, pp1-4
- Divine R, Lepisto L. 2005. Analysis of the Health Lifestyle Consumer. J. Consum. Mark., 22(5):275-283
- Han AR. 2014. A Study on how the university students' patterns in food purchase according to their food lifestyle affects their purchasing behavior of convenience and processed food. Master's degree thesis, Nambu university, Korea, pp 103-108
- Jang SH. 2010. An Investigation into Dietary Habit and Food Preference by University Student's Nutrition Knowledge. Master's degree thesis, Konkuk University, Korea, pp 16-

17

- Jin YH. 2001. Dietary behaviors of adults in Kimcheon city. *J. Korean Soc. Food Cult.*, 16(1):43-57
- Kim BR, Cho YE. 2001. A study on the evaluation of food intake of middle school students in Kangneung. *Korean J. Soc. Food Sci. Nutr.*, 30(5):986-992
- Kim HY, Yang IS, Lee HY, Kang YH. 2003. The analysis of usage for nutritional information by junior and high school students in seoul. *Korean J. Nutr.*, 36(9):960-965
- Kim KH. 2003. A Study of the Dietary Habits, the Nutritional Knowledge and the Consumption Patterns of Convenience Foods of University Students in the Gwangju Area. *Korean J. Community Nutr.*, 8(2):181-191
- Kwon YJ, Song HG, Kim JE. 2007. The influence of LOHAS tendency of dining-out consumers on wellness and ordering behavior of healthful menu. *Korean J. Tour. Sci.*, 31(5):247-270
- Lee KW, Chung HC, Cho MS. 2011. Sushi Consumption Behavior of Koreans according to Food-related Lifestyle Type among Consumers. *J. Korean Soc. Food Cult.*, 26(6):574-582
- Lee JH. 2012. A study about the effect of Kimchi purchasing selection features on purchasing intent by food-related lifestyles of women. *J. Foodserv. Manag.*, 15(5):249-271
- Kim JY, Ahn BI. 2015. Effect of Consumers' Dietary Lifestyle on the Consumption Pattern of Processed Foods. *Korean J. Food Mark. Econ.*, 32(1):31-53.
- Lee YJ. 2010. A Study of the Effects on a Healthy Dietary Life and Purchase of Environmental-Friendly Food Materials According to Mother's LOHAS Lifestyle Attitudes. *J. Korean Soc. Food Cult.*, 25(6):708-718
- O'Meara. 2000. *Changing habits changing lives*, Penguin Books, Australia, pp 67-70
- Sin EK, Lee YK. 2005. Menu development and evaluation through eating behavior and food preference of preschool children in day-care centers. *J. Korean Soc. Food Cult.*, 20(1):1-14
- Steptoe A, Pollard T, Wardle J. 1995. Development of a measure of the motives underlying the selection of food: The food choice questionnaire. *Appetite*, 25(3):267-84

Received February 14, 2014; revised August 13, 2015; revised September 30, 2015; revised January 26, 2015; revised February 22, 2016; accepted February 24, 2016