

청소년의 식생활 라이프스타일 유형에 따른 불량식품관리 특성

김 윤 화[†]

대구대학교 가정복지학과

Adulterated Food Management Characteristics according to Dietary Lifestyles among Adolescents

Yunhwa Kim[†]

Department of Family Welfare, Daegu University, Gyeongsan, Korea

[†]Corresponding author

Yunhwa Kim
Department of Family Welfare,
Daegu University, 201,
Daegudae-ro, Jillyang-eup,
Gyeongsan-si, Gyeongsangbuk-
do, 38453, Korea

Tel: (053) 950-7193
Fax: (053) 850-6819
E-mail: kyhwa47@gmail.com
ORCID: 0000-0002-5027-9607

Acknowledgments

This research was supported the National Research Foundation of Korea Grant funded by the Korean Government [NRF-2014S1A5B5A01013996].

Received: October 27, 2016
Revised: December 23, 2016
Accepted: December 23, 2016

ABSTRACT

Objectives: Adulterated food education in adolescence period is very important because dietary management related to food safety is not made in a short period. This study aimed to identify dietary lifestyle factors which drive adulterated food management among middle and high school students.

Methods: Data was collected from 270 middle and high school students in Daegu using a self-administered questionnaire in March and April of 2015. Data was analyzed using frequency analysis, one-way analysis of variance, χ^2 -test, factor analysis, reliability analysis, regression analysis, and cluster analysis.

Results: The results of factor analysis indicated that adulterated food management awareness was classified into necessity, difficulty, and food purchasing anxiety. The adulterated food management capability was sub-grouped into environmental grasp, food identification, cooking hygiene, and situation management. The adulterated food management efficacy composed of management confidence, action intention, and knowledge. Dietary lifestyle comprised of gustation, family, and health factors after factor analysis, and it consisted of all seeking group, gustation seeking group, family seeking group, health seeking group, and family and health seeking group after cluster analysis. The gustation, family and health factors were significantly affected the factors of awareness, capability and efficacy of adulterated food management ($p < 0.05$). The frequency of health conditions, helping with meal preparation, and the times of eating out were significantly different according to seeking groups of dietary lifestyle ($p < 0.01$). The scores of awareness, capability and efficacy of adulterated food management of family and health seeking group were significantly higher than the other seeking groups ($p < 0.05$).

Conclusions: This study suggests that adulterated food management education programs should account for gustation, family and health factors of dietary lifestyle to be effective for adolescents.

Korean J Community Nutr 21(6): 509~519, 2016

KEY WORDS adulterated food management, capability, dietary lifestyle, adolescence

서 론

먹거리와 관련된 인간의 행동과 삶의 양식인 식생활은 인간의 생존 욕구와도 연결되는 신체적, 정신적, 심리적, 사회적 문화적 존재 양식이다[1]. 인간의 특징적인 행동양식을 사회학, 심리학의 관점에서 연구한 라이프스타일은 사람들의 생활하는 방식으로 그들이 가치를 부여하는 것에 시간과 경제적 요소를 투자하는 유형을 말한다[2, 3]. 개인이나 집단의 차별화된 생활양식들은 활동하는 영역과 관심분야, 가치관, 태도 등에 의해 형성되어 구체적으로 나타나는데[4], 라이프스타일을 보다 구체화하여 먹는 것과 정신적인 측면, 식품과 관련지어 내리는 구체적인 행동 양식을 식생활 라이프스타일이라고 한다[5]. 이는 먹거리를 추구하는 삶의 가치와 어떤 식으로 연결 짓는지를 나타내는 척도가 될 수 있다[2].

최근 정부에서는 먹거리와 관련된 위험과 불안을 해소하기 위해 불량식품을 4대 사회악으로 규정하고, 불량식품 척결을 위한 교육과 홍보, 감시활동을 하고 있지만[6], 불량식품은 여전히 잔존하면서 국민의 먹거리 안전을 위협하고 있다[7]. 불량식품은 값싼 원재료 또는 독성이 있거나 사용할 수 없는 유해·위해물질을 사용한 식품 등을 말하는데 식품 내용물의 크기·중량·무게 등을 속인다는지 다른 성분 등을 사용하거나 모방한 식품, 허거나 신고를 받아야 하는 경우 이를 받지 않은 식품, 허위 표시 등으로 소비자를 오인·혼동케 하는 식품 등의 부정식품을 포함하여 ‘불량식품’이라고 한다[8]. 불량식품은 인간의 기본적인 안전을 위한 부분이기 때문에 성장기 아동과 청소년을 중심으로 국민 모두의 관심이 되고 있다[9].

하지만 청소년을 포함한 소비자들은 먹거리 위해 사건들과 불량식품에 대한 기준이나 정보에 대해 잘 알지 못해 심리적으로 불안해하고 있어[10-12], 불량식품으로부터 건강을 지킬 수 있는 관리 역량이 요구된다. 인간은 각 개인마다 음식에 갖들인 추억과 정서를 갖고 희로애락의 감정을 음식이나 먹는 행위를 통해서 표현한다[1]. 가끔 어릴 적 추억의 식품으로 인식되기도 하는 불량식품은 국민의 건강과 정서, 경제에 위협을 준다. 특히 성장기 청소년의 건강과 바람직한 식습관 형성은 성인기의 식생활에 중요한 영향을 미치므로 식생활에 대한 가치관이 형성되는 청소년기의 불량식품관리 역량은 매우 중요하다.

따라서 본 연구에서는 청소년을 대상으로 불량식품에 대한 인식과 현재의 불량식품관리 역량, 미래의 불량식품관리를 위한 효능감을 알아보고, 청소년의 식생활 라이프스타일

유형에 따른 이들 요인들의 차이를 규명해보고자 한다.

연구대상 및 방법

1. 연구대상 및 내용

대구광역시 소재 5개 중학교의 1, 2, 3학년과 6개 고등학교의 1, 2학년 296명을 대상으로 영남대학교 기관생명윤리위원회의 승인을 받은 후(Approval Number 7002016-A-2015-005) 2015년 3월 20일에서 4월 10일까지 자기기입식 설문조사로 실시되었다. 본 연구에 사용된 설문지는 일반사항과 불량식품관리에 대한 인식, 역량, 효능감 및 식생활 라이프스타일에 대하여 기존의 자료[10, 13-16]를 참고로 구성하여 5점 리커트 척도(1점: 전혀 그렇지 않다, 5점 매우 그렇다)로 측정하였다. 부실 기재한 26부를 제외한 270부를 통계분석 자료로 활용하였다.

2. 통계분석과 측정도구

수집된 자료는 SPSS Statistics(ver. 23.0, IBM Inc., Armonk, NY, USA) 프로그램을 이용하여 분석하였고, 조사대상자의 인구통계학 및 식생활 특성을 알아보기 위해 빈도와 백분율을 구하였다. 불량식품관리에 대한 인식, 역량, 효능감 및 라이프스타일의 하위차원을 알아보기 위하여 주성분분석과 varimax 회전법에 의한 요인분석을 실시하였고, 신뢰도 검증은 Cronbach's α 를 이용하였다. 청소년의 라이프스타일과 불량식품관리 요인들의 상관관계를 분석한 후 청소년의 라이프스타일이 불량식품관리에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 또한 청소년의 라이프스타일 추구유형을 알아보기 위해 군집분석을 실시하였으며, 일반사항에 따른 라이프스타일 유형에 해당하는 정도를 알아보기 위해 교차분석을 실시하였고, 추구하는 라이프스타일 유형에 따른 불량식품관리의 차이점을 알아보기 위해 one-way ANOVA와 Duncan's multiple test를 이용하여 $p < 0.05$ 수준에서 유의성을 검증하였다.

1) 식생활 라이프스타일의 요인분석과 유형화

조사대상자의 식생활 라이프스타일을 유형화하기 위하여 먼저 요인분석을 실시하였다. 17개 문항 중 각 요인 간에 유사한 교차적재가 되는 6개의 문항을 제외한 11개 문항에 대해 총 3개의 요인이 도출되었다. 이들 전체 3개 요인이 설명하는 총분산의 설명력(cumulative variance)은 55.7%였다.

요인 1은 ‘주변에서 들어본 음식은 빨리 먹어본다.’, ‘처음 보는 음식이라도 맛있어 보이면 구매한다.’, ‘맛집을 찾아다

니며 먹는 편이다.’, ‘인스턴트, 즉석조리 음식을 즐긴다.’ 등의 5개 문항으로 구성되어 ‘미각’ 추구요인으로 명명하였다. 요인 2는 ‘맛있는 음식을 가족과 함께 즐긴다.’, ‘가족 구성원으로서 식사준비에 참여한다.’ 등의 3개 문항으로 구성되어 ‘가족’ 지향요인으로 명명하였다. 요인 3은 ‘건강을 생각하여 음식을 가려먹는 편이다.’, ‘내가 먹는 음식에 어떤 성분이 포함 되었는지 알려고 노력한다.’ 등의 내용으로 구성되어 ‘건강’ 지향요인으로 명명하였다. 3개 요인별 신뢰도 Cronbach' α 값은 요인 1이 0.70, 요인 2가 0.73, 요인 3이 0.65였고, 전체설명력은 55.66%였다.

요인분석을 통하여 추출된 각 요인 점수를 바탕으로 K-Means 군집분석을 실시하였다. 집단 1은 미각과 가족, 건강지향 특성이 모두 높은 집단으로 ‘미각, 가족, 건강지향 집단’이라고 명명하였으며, 32명 (11.85%)이었다. 집단 2는 음식의 맛을 중심으로 선택하는 특성이 높은 집단으로 ‘미각 추구 집단’이라고 명명하였으며, 74명 (27.41%)이었다. 집단 3은 가족을 중요하게 생각하는 집단으로 ‘가족지향 집단’이라고 명명하였으며, 42명 (15.56%)이었다. 집단 4는 건강 추구 특성이 높은 집단으로 ‘건강지향 집단’이라고 명명하였으며, 78명 (28.89%)이었다. 집단 5는 가족과 건강지향 특성이 높은 집단으로 ‘가족 및 건강지향 집단’이라고 명명하였으며, 44명 (16.30%)이었다.

2) 불량식품관리 인식, 역량 및 효능감 요인분석

청소년의 불량식품관리에 대한 인식, 역량 및 효능감 요인을 알아보기 위해 주성분 분석과 varimax 회전을 이용하여 요인분석을 실시하였다. 불량식품관리에 대한 인식에서 요인 1은 위생적이고 안전한 식생활은 질병을 예방하는데 도움이 되고, 안전한 식품구매를 위해 불량식품 정보가 필요하다는 내용으로 구성되어 ‘필요성’이라고 명명하였다. 요인 2는 주변의 식생활 환경을 바꾸기는 어려우며, 위생적이고 안전한 식생활을 위해서는 비용이 많이 들고, 불량식품에 대한 정확한 정보를 얻는 일은 어렵다고 생각한다는 내용으로 구성되어 ‘어려움’이라고 명명하였다. 요인 3은 먹거리를 구매할 때 건강에 좋은 지 생각하고, 위생적이고 안전한 지 걱정한다는 내용으로 구성되어 ‘식품구매 불안’이라고 명명하였다. 3개 요인별 신뢰도 Cronbach' α 값은 요인 1이 0.68, 요인 2가 0.62, 요인 3이 0.68이었고, 전체설명력은 60.36%였다.

불량식품관리 역량을 요인분석 한 결과, 요인 1은 사용 금지된 병원성 미생물의 종류와 위험성, 불량식품 신고방법, 학교급식의 위생과 안전, 영양에 대해 알고 있다는 내용으로 구성되어 ‘환경파악’ 요인이라고 명명하였다. 요인 2는 위생적

이고 안전한 음식과 식품을 구별할 수 있고, 불량식품에 대해 설명할 수 있으며, 불량식품을 구별할 수 있다는 내용으로 구성되어 ‘불량식품 식별’ 요인이라고 명명하였다. 요인 3은 조리과정, 식품 보관, 주방기구와 도구를 위생적으로 관리할 수 있다는 내용으로 구성되어 ‘조리위생’ 요인이라고 명명하였다. 요인 4는 스트레스를 받을 때나 친구와 함께 있을 때도 불량식품을 사먹지 않고, 배가 고플 때에도 불량식품인지 생각하고 먹는다는 내용으로 구성되어 ‘상황관리’ 요인이라고 명명하였다. 4개 요인별 신뢰도 Cronbach' α 값은 요인 1이 0.77, 요인 2가 0.79, 요인 3이 0.80, 요인 4가 0.68이었고, 전체설명력은 63.84%였다.

불량식품관리 효능감을 요인분석 한 결과, 요인 1은 불량식품 구매와 관련하여 주변사람들의 유혹을 물리칠 자신이 있고, 우리의 관심과 노력으로 불량식품을 줄일 수 있다고 생각한다는 내용으로 구성되어 ‘자신감’으로 명명하였다. 요인 2는 앞으로 위생과 안전을 생각하는 식생활을 하고, 음식을 만들 때 위생적으로 행동할 가능성이 높다는 내용으로 구성되어 ‘행동의도’라고 명명하였다. 요인 3은 불량식품에 대한 충분한 지식을 갖고 있다고 생각한다 등의 내용으로 구성되어 ‘지식’으로 명명하였다. 3개 요인별 신뢰도 Cronbach' α 값은 요인 1이 0.80, 요인 2가 0.70, 요인 3이 0.58이었고, 전체설명력은 62.21%였다.

결 과

1. 일반사항과 식생활 변수에 따른 불량식품관리 인식, 역량 및 효능감

조사대상자의 일반사항과 식생활 변수에 따른 불량식품관리에 대한 인식, 관리 역량 및 효능감 차이에 대한 분석 결과는 Table 1과 같다. 본 연구의 대상자는 중학생 137명 (50.7%), 고등학생 133명 (49.3%)이었고, 남학생이 99명 (36.7%), 여학생 171명 (63.3%)이었다. 본인이 인식하고 있는 건강상태는 매우 좋음 91명 (33.7%), 좋음 118명 (43.7%), 보통 58명 (21.5%), 허약 3(1.1%), 매우 허약 0명 (0.0%)이었다. 집에서 식사 준비를 돕는 횟수는 매일 19명 (7.0%), 거의 대부분 53명 (19.6%), 반 정도 55명 (20.4%), 조금 120명 (44.4%), 전혀 돕지 않는 학생 23명 (8.5%)이었다.

불량식품관리 인식의 필요성 요인 평균점수는 3.95±0.59/5.00점이었고, 일주일에 4-5번 외식을 하는 학생이 0-3회, 6-7회 집단에 비해 유의적으로 높았다(p < 0.01). 관리의 어려움에 대한 인식 평균은 3.02±0.76점으로 중학생 보다는 고등학생 (p < 0.01)이, 건강이 좋다고 생각하는 학

Table 1. Awareness, capabilities and efficacy of adulterated food management according to general characteristics of the study participants

Variables	N (%)	Awareness					Capability					Efficacy				
		Necessity	Difficulty	Purchasing anxiety	Environmental grasp	Food identification	Cooking hygiene	Situation management	Total	Confidence	Actions intention	Knowledge	Total			
School																
	Middle	137 (50.7)	3.95 ± 0.66 ^{b1}	2.86 ± 0.72	3.65 ± 0.77	3.01 ± 0.77	3.61 ± 0.78	4.08 ± 0.64	3.24 ± 0.59	3.42 ± 0.49	3.89 ± 0.59	3.99 ± 0.60	3.22 ± 0.78	3.79 ± 0.52		
	High	133 (49.3)	3.95 ± 0.52	3.17 ± 0.76	3.49 ± 0.62	2.64 ± 0.67	3.12 ± 0.70	3.84 ± 0.70	3.03 ± 0.54	3.08 ± 0.44	3.73 ± 0.55	3.94 ± 0.52	2.95 ± 0.71	3.64 ± 0.45		
	F-value		-0.30	-3.40**	1.85	4.18***	5.46***	2.98**	3.11**	5.86***	2.34*	0.64	2.97**	2.49*		
Gender																
	Male	99 (36.7)	3.92 ± 0.60	3.01 ± 0.76	3.60 ± 0.61	2.88 ± 0.73	3.40 ± 0.76	3.85 ± 0.67	3.28 ± 0.61	3.29 ± 0.50	3.86 ± 0.54	3.95 ± 0.54	3.11 ± 0.73	3.74 ± 0.48		
	Female	171 (63.3)	3.96 ± 0.58	3.02 ± 0.76	3.55 ± 0.75	2.90 ± 0.75	3.35 ± 0.79	4.03 ± 0.68	3.06 ± 0.53	3.24 ± 0.50	3.78 ± 0.59	3.97 ± 0.57	3.08 ± 0.77	3.70 ± 0.50		
	F-value		-0.45	-0.06	0.58	0.92	0.44	-2.13*	3.13**	0.77	1.10	-0.31	0.32	0.63		
Health condition recognition																
	Very good	91 (33.7)	4.08 ± 0.60	2.93 ± 0.84 ^b	3.67 ± 0.78	2.95 ± 0.81	3.51 ± 0.85	4.18 ± 0.69 ^a	3.26 ± 0.60 ^a	3.40 ± 0.50 ^a	3.96 ± 0.57 ^a	4.05 ± 0.56	3.16 ± 0.87	3.83 ± 0.51 ^a		
	Good	118 (43.7)	3.91 ± 0.59	2.96 ± 0.72 ^b	3.53 ± 0.66	2.82 ± 0.72	3.35 ± 0.78	3.91 ± 0.65 ^a	3.10 ± 0.53 ^{ab}	3.23 ± 0.50 ^a	3.76 ± 0.58 ^a	3.97 ± 0.54	3.09 ± 0.66	3.69 ± 0.48 ^a		
	Normal	58 (21.5)	3.83 ± 0.54	3.23 ± 0.66 ^{ab}	3.48 ± 0.67	2.70 ± 0.66	3.20 ± 0.62	3.77 ± 0.61 ^a	3.03 ± 0.59 ^{ab}	3.11 ± 0.45 ^a	3.72 ± 0.53 ^a	3.84 ± 0.54	2.99 ± 0.73	3.61 ± 0.45 ^{ab}		
	Poor	3 (1.1)	3.75 ± 0.43	3.67 ± 0.67 ^a	3.33 ± 0.58	2.33 ± 0.90	3.11 ± 0.84	2.89 ± 0.84 ^b	2.67 ± 0.33 ^b	2.69 ± 0.37 ^b	3.07 ± 0.31 ^b	3.67 ± 1.20	2.83 ± 1.04	3.20 ± 0.72 ^b		
	F-value		2.56	2.94*	1.20	1.82	2.03	7.89***	2.97*	5.89**	4.68**	1.94	0.69	3.76*		
Helping with meal preparation at home																
	Every	19 (7.0)	4.07 ± 0.73	2.53 ± 0.93 ^b	3.95 ± 0.62 ^a	3.20 ± 0.89	3.84 ± 0.91 ^a	4.37 ± 0.65 ^a	3.25 ± 0.67	3.60 ± 0.62 ^a	3.96 ± 0.71	4.09 ± 0.63	3.45 ± 0.93	3.89 ± 0.68		
	Almost	53 (19.6)	4.08 ± 0.62	2.98 ± 0.71 ^a	3.63 ± 0.66 ^{ab}	2.90 ± 0.80	3.45 ± 0.67 ^b	4.30 ± 0.60 ^a	3.06 ± 0.58	3.35 ± 0.49 ^b	3.85 ± 0.54	4.12 ± 0.47	3.16 ± 0.75	3.79 ± 0.43		
	Half	55 (20.4)	3.92 ± 0.58	2.95 ± 0.73 ^a	3.64 ± 0.77 ^{ab}	2.90 ± 0.71	3.55 ± 0.83 ^{ab}	3.86 ± 0.67 ^b	3.19 ± 0.57	3.31 ± 0.50 ^b	3.87 ± 0.56	3.93 ± 0.63	3.10 ± 0.70	3.73 ± 0.48		
	A little	120 (44.4)	3.87 ± 0.55	3.13 ± 0.71 ^a	3.45 ± 0.67 ^b	2.73 ± 0.67	3.20 ± 0.69 ^b	3.84 ± 0.64 ^b	3.12 ± 0.55	3.15 ± 0.43 ^b	3.73 ± 0.54	3.88 ± 0.54	2.97 ± 0.70	3.62 ± 0.45		
	Nothing	23 (8.5)	4.02 ± 0.59	3.07 ± 0.89 ^a	3.54 ± 0.77 ^b	2.70 ± 0.83	3.28 ± 0.96 ^b	3.70 ± 0.77 ^b	3.22 ± 0.61	3.15 ± 0.59 ^b	3.92 ± 0.71	4.07 ± 0.57	3.17 ± 0.92	3.82 ± 0.61		
	F-value		1.52	2.82*	2.46*	2.17	4.39**	7.64***	0.65	4.75**	1.39	2.21	1.98	2.36		
The times of eating out																
	0-1/week	212 (78.5)	3.92 ± 0.56 ^b	3.05 ± 0.74	3.52 ± 0.67 ^b	2.80 ± 0.72	3.34 ± 0.76	3.95 ± 0.66	3.15 ± 0.57	3.24 ± 0.48	3.76 ± 0.54 ^b	3.94 ± 0.54	3.06 ± 0.73	3.68 ± 0.46 ^b		
	2-3	51 (18.9)	4.06 ± 0.65 ^b	2.95 ± 0.79	3.74 ± 0.78 ^{ab}	2.92 ± 0.82	3.44 ± 0.82	3.99 ± 0.78	3.08 ± 0.60	3.30 ± 0.55	3.95 ± 0.65 ^b	4.04 ± 0.63	3.16 ± 0.87	3.82 ± 0.58 ^b		
	4-5	4 (1.5)	4.75 ± 0.35 ^b	2.08 ± 1.20	4.38 ± 0.63 ^a	3.40 ± 0.83	4.17 ± 1.00	4.50 ± 0.64	3.25 ± 0.32	3.77 ± 0.62	4.60 ± 0.33 ^a	4.50 ± 0.58	3.50 ± 0.41	4.35 ± 0.37 ^a		
	6-7	3 (1.1)	3.08 ± 0.38 ^a	2.67 ± 0.33	3.33 ± 0.76 ^b	2.67 ± 0.11	2.89 ± 0.69	3.89 ± 0.19	3.22 ± 0.51	3.10 ± 0.11	3.80 ± 0.60 ^b	3.89 ± 0.19	3.17 ± 0.76	3.70 ± 0.46 ^b		
	F-value		5.74**	2.55	3.28*	1.22	2.04	0.91	0.28	1.74	4.11**	1.69	0.64	3.50*		
Total		270 (100.0)	3.95 ± 0.59	3.02 ± 0.76	3.57 ± 0.70	2.83 ± 0.74	3.37 ± 0.78	3.96 ± 0.68	3.14 ± 0.57	3.25 ± 0.50	3.81 ± 0.57	3.97 ± 0.56	3.09 ± 0.76	3.73 ± 0.49		

1) Mean ± SD. Rated with a 5-point Likert scale 1=never, 5=highly.

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

abc: means in the same column with different superscripts are significantly different by the result of Duncan's multiple range test.

생보다 매우 나쁘다고 생각하는 학생들이 ($p < 0.05$), 가정에서 식사준비를 전부 도우는 학생보다 그렇지 않은 학생 ($p < 0.05$)의 평균점수가 유의적으로 높았다. 식품구매 불안 요인의 평균점수는 3.57 ± 0.70 점으로 가정에서 식사준비를 매일 도우는 학생이 조금 돕거나 전혀 돕지 않는 학생들에 비해 유의적으로 높았고 ($p < 0.05$), 일주일에 4-5번 외식하는 학생이 다른 집단에 비해 유의적으로 높았다 ($p < 0.05$).

불량식품관리 역량의 전체 평균점수는 3.25 ± 0.50 점이었고, 환경과악 역량은 2.83 ± 0.74 점, 불량식품 식별 역량 3.37 ± 0.78 점, 조리위생 역량 3.96 ± 0.68 점, 상황관리 역량 3.14 ± 0.57 점 순이었다. 환경과악 역량은 중학생 (3.01 ± 0.77 점)이 고등학생 (2.64 ± 0.67 점)보다 유의적으로 높았다 ($p < 0.01$). 불량식품 식별 역량은 중학생 (3.61 ± 0.78 점)이 고등학생 (3.12 ± 0.70 점)보다 유의적으로 높았으며 ($p < 0.01$), 가정에서 식사준비에 전부 참여하는 학생이 그렇지 않은 학생보다 유의적으로 높았다 ($p < 0.01$). 조리위생 역량은 중학생 (4.08 ± 0.64 점)이 고등학생 (3.84 ± 0.70 점)보다 유의적으로 높았고 ($p < 0.01$), 여학생 (4.03 ± 0.68 점)이 남학생 (3.85 ± 0.67 점)보다 높았으며 ($p < 0.05$), 보통 이상의 건강상태라고 인식하는 학생들이 건강상태가 나쁘다고 인식하는 학생보다 유의적으로 높았다 ($p < 0.001$). 또한 가정에서 식사준비를 대부분 도우는 학생들이 그렇지 않은 학생들보다 유의적으로 높았다 ($p < 0.001$). 상황관리 역량은 중학생 (3.24 ± 0.59 점)이 고등학생 (3.03 ± 0.54 점)보다 유의적으로 높았으며 ($p < 0.01$), 남학생 (3.28 ± 0.61 점)이 여학생 (3.06 ± 0.53 점)보다 유의적으로 높았다 ($p < 0.01$). 또 건강이 매우 좋다고 생각하는 학생이 나쁘다고 생각하는 학생보다 유의적으로 높았다 ($p < 0.05$). 불량식품관리 역량의 전체평균은 중학생 (3.42 ± 0.49 점)이 고등학생 (3.08 ± 0.44 점)보다 유의적으로 높았고 ($p < 0.001$), 건강상태가 나쁘다고 생각하는 학생이 그렇지 않은 학생보다 유의적으로 낮았으며 ($p < 0.01$), 가정에서 식사준비를 매번 도우는 학생이 그렇지 않은 학생보다 유의적으로 높았다 ($p < 0.01$).

불량식품관리 효능감의 전체평균 점수는 3.73 ± 0.49 점이었으며, 자신감 3.81 ± 0.57 점, 불량식품관리 행동의도 3.97 ± 0.56 점, 지식 효능감 3.09 ± 0.76 점이었다. 불량식품관리 자신감은 중학생 (3.89 ± 0.59 점)이 고등학생 (3.73 ± 0.55 점)보다 유의적으로 높았고 ($p < 0.05$), 건강상태가 나쁘다고 생각하는 학생이 그렇지 않은 학생보다 유의적으로 낮았으며 ($p < 0.01$), 일주일에 4-5번 외식을 하는 학생이 다른 집단에 비해 유의적으로 높았다 ($p < 0.01$). 지식 효능감은 중학생 (3.22 ± 0.78 점)이 고등학생 (2.95 ± 0.71 점)보다 유의적으로 높았고 ($p < 0.01$). 불량식품관리 전체 효능감은 중학생 (3.79 ± 0.52 점)이 고등학생 (3.64 ± 0.45 점)보다 유의적으로 높았고 ($p < 0.05$), 건강상태가 좋다고 생각하는 학생들이 건강이 나쁘다고 생각하는 학생보다 유의적으로 높았으며 ($p < 0.05$), 일주일에 4-5번 외식하는 학생이 다른 집단에 비해 유의적으로 높았다 ($p < 0.05$).

2. 식생활 라이프스타일과 불량식품관리와의 상관관계

청소년의 식생활 라이프스타일과 불량식품관리와의 상관관계에 대한 결과는 Table 2와 같다. 미각 추구요인은 조리위생 역량, 상황관리 역량, 지식 효능감과 유의적인 상관관계가 있었다 ($p < 0.05$). 가족 지향요인은 불량식품관리의 필요성, 불량식품 식별 역량, 조리위생 역량, 상황관리 역량, 불량식품 관리 자신감, 행동의도, 지식 효능감과 유의적인 상관관계를 보였다 ($p < 0.05$). 건강 지향요인은 불량식품관리의 필요성, 구매 불안, 환경과악 역량, 불량식품 식별 역량, 조리위생 역량, 상황관리 역량, 불량식품 관리 자신감, 관리 행동 의도, 지식 효능감과 유의적인 상관관계를 보였다 ($p < 0.05$).

3. 식생활 라이프스타일이 불량식품관리에 미치는 영향

청소년의 식생활 라이프스타일이 불량식품관리에 미치는 영향에 대한 연구결과는 Table 3과 같다. 식생활 라이프스타일 중 미각 추구요인은 청소년의 불량식품관리의 필요성에는 유의적인 영향을 미치지 못하였지만, 가족 지향요인과 건강 지향요인은 유의적인 영향을 미쳤고 ($p < 0.001$), 이에

Table 2. Correlation of seeking type and awareness, capabilities and efficacy of adulterated food management

Seeking type	Awareness		Capability					Efficacy		
	Necessity	Difficulty	Purchasing anxiety	Environmental grasp	Food identification	Cooking hygiene	Situation management	Confidence	Actions intention	Knowledge
Gustation	-0.03	0.12	-0.02	0.11	0.10	0.16*	-0.41***	-0.9	-0.7	0.14*
Family	0.46***	-0.05	0.09	-0.11	0.16*	0.41***	0.16**	0.25***	0.26***	-0.00
Health	0.20**	-0.11	0.49***	0.37***	0.17**	0.14*	0.18**	0.30***	0.21**	0.32***

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

Table 3. Effect of lifestyle on adulterated food management

Variable	Lifestyle (seeking type)		β	t	F	R ²
Awareness	Necessity	Gustation	-0.03	0.51	29.66***	0.25
		Family	0.46	8.68***		
		Health	0.19	3.65***		
	Difficulty	Gustation	0.13	2.14*	3.16*	0.03
		Family	-0.05	-0.90		
		Health	-0.12	-2.03*		
	Purchasing anxiety	Gustation	-0.02	-0.38	28.53***	0.24
		Family	0.10	1.83		
		Health	0.48	9.06***		
Capability	Environmental grasp	Gustation	0.11	2.01*	18.00***	0.17
		Family	-0.12	-2.11*		
		Health	0.38	6.75***		
	Food identification	Gustation	0.09	1.59	6.06**	0.06
		Family	0.16	2.71**		
		Health	0.17	2.88**		
	Cooking hygiene	Gustation	0.15	2.72**	23.66***	0.21
		Family	0.41	7.54***		
		Health	0.14	2.58*		
	Situation management	Gustation	-0.42	-7.86***	27.84***	0.24
		Family	0.16	3.07**		
		Health	0.19	3.52**		
Efficacy	Management confidence	Gustation	-0.09	-1.57	17.48***	0.16
		Family	0.25	4.48***		
		Health	0.30	5.47***		
	Actions intention	Gustation	-0.07	-1.23	11.47***	0.11
		Family	0.26	4.50***		
		Health	0.20	3.56***		
	Knowledge	Gustation	0.14	2.43*	12.31***	0.12
		Family	-0.00	-0.05		
		Health	0.32	5.57***		

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

대한 설명력은 25%였다. 불량식품관리의 어려움 인식에는 미각 추구요인이 유의적인 영향을 미쳤으나($p < 0.05$), 건강 지향요인은 음의 영향을 미치는 것으로 나타났으며($p < 0.05$), 이에 대한 설명력은 3%였다. 식품구매 불안에는 미각과 가족 지향요인은 영향을 미치지 못하는 반면, 건강 지향요인이 유의적인 영향을 미치는 것으로 나타났고($p < 0.001$), 이에 대한 설명력은 24%였다.

불량식품관리 역량 요인 중 불량식품 환경과의 역량에는 미각 추구요인과 건강 지향 요인은 양의 영향을 미치는 반면, 가족 지향요인은 음의 영향을 미치는 것으로 나타났고($p < 0.05$), 이에 대한 설명력은 17%였다. 불량식품 식별 역량에는 가족과 건강 지향요인이 유의적인 영향을 미쳤고($p < 0.01$), 이에 대한 설명력은 6%였다. 조리위생 역량에는 미각, 가족, 건강 지향요인 모두가 유의적인 영향을 미쳤

고($p < 0.05$), 이에 대한 설명력은 21%였다. 상황관리 역량에는 미각, 가족, 건강 지향요인 모두가 유의적인 영향을 미쳤고($p < 0.01$), 이에 대한 설명력은 24%였다.

불량식품관리 효능감의 요인 중 관리 자신감에는 가족과 건강 지향요인이 유의적인 영향을 미쳤고($p < 0.001$), 이에 대한 설명력은 16%였다. 행동 의도에도 가족과 건강 지향요인이 유의적인 영향을 미쳤으며($p < 0.001$), 이에 대한 설명력은 11%였다. 지식 효능감 요인에는 미각과 건강 지향요인이 유의적인 영향을 미쳤고($p < 0.05$), 이에 대한 설명력은 12%였다.

4. 식생활 라이프스타일 군집별 인구통계 및 식생활 특성

청소년의 식생활 라이프스타일 군집별 인구통계 및 식생활 특성에 대한 분석 결과는 Table 4와 같다. 청소년의 식

생활 라이프스타일이 군집별 인구통계 및 식생활 특성을 살펴보기 위하여 χ^2 분석을 실시한 결과 건강상태 인식 ($p < 0.01$), 식사준비 참여횟수 ($p < 0.01$), 외식횟수 ($p < 0.01$)와 유의적인 차이가 있는 것으로 나타났다. 미각, 가족, 건강 요인 모두를 추구집단은 자신의 건강이 매우 좋다고 인식하였고(14명), 가정에서 식사준비는 조금 도우며(9명), 외식은 일주일에 0-1회 하는 학생이(22명) 가장 많았다. 미각 요인을 추구하는 집단은 자신의 건강이 좋다고 인식하였고(34명), 가정에서 식사준비는 조금 도우며(31명), 외식은 일주일에 0-1회 하는 학생이(59명) 가장 많았다. 가족 요인을 추구하는 집단은 자신의 건강이 매우 좋다고 인식하였고(18명), 가정에서 식사준비는 조금밖에 도우지 않으며(18명), 외식은 일주일에 0-1회 하는 학생이(35명) 가장 많았다. 건강 요인을 추구하는 집단은 자신의 건강이 좋다고 인식하였고(35명), 가정에서 식사준비는 조금만 도우며(50명), 외식은 일주일에 0-1회 하는 학생이(68명) 가장 많았다. 가족과 건강을 동시에 추구하는 집단은 자신의 건강이 좋다고 인식하였고(20명), 가정에서 식사준비는 대부분 도우며(17명), 외식횟수는 일주일에 0-1회 하는 학생이(28명) 가장 많았다. 또한 자신의 건강이 매우 좋다고 인식하고 있는 학생 중에는 미각 요인을 추구하는 학생이 25명으로 가장 많았고, 식사준비를 대부분 돕는 학생 중에는 가

족과 건강 요인을 함께 지향하는 학생이 17명으로 가장 많았으며, 외식을 주 0-1회 하는 학생 중에는 건강 요인을 추구하는 집단에서 68명으로 가장 많았다.

5. 식생활 라이프스타일 군집별 불량식품관리 인식, 역량 및 효능감

식생활 라이프스타일의 군집별 불량식품관리 특성에 대한 분석 결과는 Table 5와 같다. 불량식품관리 필요성 인식은 가족과 건강 요인을 지향하는 집단이 다른 집단에 비하여 불량식품관리의 필요성을 높게 인식한 반면 ($p < 0.001$), 관리의 어려움은 낮게 인식하지만 ($p < 0.05$), 식품구매 불안은 다른 집단에 비해 높게 인식하고 있는 것으로 나타났다 ($p < 0.001$).

청소년의 불량식품관리 역량은 가족과 건강 요인을 함께 고려하거나 미각 요인까지 고려하는 집단이 환경과악, 식품식별, 조리위생, 상황관리 및 전체 총 역량에서 다른 집단에 비해 높은 점수를 나타내었고 ($p < 0.001$), 가족 요인만 지향하는 집단과 건강 요인만 추구하는 집단은 가족과 건강 요인을 함께 추구하는 집단과 함께 상황관리 역량이 미각 요인만 추구하는 집단이나 미각, 가족, 건강 요인 모두를 추구하는 집단에 비해 유의적으로 높았다 ($p < 0.001$).

청소년의 불량식품관리 효능감 점수는 3.71 ± 0.49 점이었

Table 4. General and dietary characteristics of the study participants according to dietary lifestyles

Variable	Category	Cluster1 GFH ¹⁾ seeking (N=32)	Cluster2 G seeking (N=74)	Cluster3 F seeking (N=42)	Cluster4 H seeking (N=78)	Cluster5 FH seeking (N=44)	χ^2 -value
Gender	Male	9 (28.1) ²⁾	27 (36.5)	19 (45.2)	30 (38.5)	14 (31.8)	2.89
	Female	23 (71.9)	47 (63.5)	23 (54.8)	48 (61.5)	30 (68.2)	
School	Middle	19 (59.4)	34 (45.9)	24 (57.1)	33 (42.3)	27 (61.4)	6.53
	High	13 (40.6)	40 (54.1)	18 (42.9)	45 (57.7)	17 (38.6)	
Health condition recognition	Very Good	14 (43.8)	25 (33.8)	18 (42.9)	15 (19.2)	19 (43.2)	27.65**
	Good	12 (37.5)	34 (45.9)	17 (40.5)	35 (44.9)	20 (45.5)	
	Normal	6 (18.8)	12 (16.2)	7 (16.7)	28 (35.9)	5 (11.4)	
	Poor	0 (0.0)	3 (4.1)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	
Helping with meal preparation at home	Every	5 (15.6)	2 (2.7)	5 (11.9)	3 (3.8)	4 (9.1)	39.97**
	Almost	9 (28.1)	11 (14.9)	8 (19.0)	8 (10.3)	17 (38.6)	
	Half	5 (15.6)	21 (28.4)	9 (21.4)	11 (14.1)	9 (20.5)	
	A Little	10 (31.3)	31 (41.9)	18 (42.9)	50 (64.1)	11 (25.0)	
	Nothing	3 (9.4)	9 (12.2)	2 (4.8)	6 (7.7)	3 (6.8)	
The times of eating out	0-1/week	22 (68.8)	59 (79.7)	35 (83.3)	68 (87.2)	28 (63.6)	31.50**
	2-3	10 (31.3)	14 (18.9)	6 (14.3)	9 (11.5)	12 (27.3)	
	4-5	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	4 (9.1)	
	6-7	0 (0.0)	1 (1.4)	1 (2.4)	1 (1.3)	0 (0.0)	

1) Gustation (G), Family (F), Health (H)

2) N (%)

** : $p < 0.01$

Table 5. Adulterated food management of the study participants according to dietary lifestyle group

Variable		Cluster1 GFH ¹⁾ seeking (N=32)	Cluster2 G seeking (N=74)	Cluster3 F seeking (N=42)	Cluster4 H seeking (N=78)	Cluster5 FH seeking (N=44)	F-value
Awareness	Necessity	4.11 ± 0.63 ^{b2)}	3.75 ± 0.53 ^c	4.16 ± 0.53 ^b	3.67 ± 0.47 ^c	4.44 ± 0.46 ^a	21.15***
	Difficulty	3.15 ± 0.76 ^a	3.14 ± 0.72 ^a	3.05 ± 0.89 ^a	3.01 ± 0.61 ^a	2.69 ± 0.78 ^b	2.87*
	Purchasing anxiety	3.80 ± 0.76 ^b	3.26 ± 0.68 ^c	3.37 ± 0.63 ^c	3.53 ± 0.57 ^c	4.18 ± 0.55 ^a	16.73***
Capability	Environmental grasp	3.18 ± 0.90 ^a	2.62 ± 0.68 ^b	2.36 ± 0.62 ^b	2.94 ± 0.54 ^{ab}	3.18 ± 0.82 ^a	11.93***
	Food identification	3.67 ± 0.84 ^a	3.19 ± 0.75 ^b	3.27 ± 0.72 ^b	3.24 ± 0.68 ^b	3.78 ± 0.83 ^a	6.46***
	Cooking hygiene	4.16 ± 0.68 ^b	3.82 ± 0.65 ^{cd}	4.05 ± 0.75 ^{bc}	3.69 ± 0.54 ^d	4.45 ± 0.58 ^a	12.25***
	Situation management	2.97 ± 0.61 ^b	2.89 ± 0.58 ^b	3.31 ± 0.58 ^a	3.19 ± 0.44 ^a	3.42 ± 0.55 ^a	8.75***
	Total	3.45 ± 0.59 ^a	3.06 ± 0.46 ^b	3.12 ± 0.39 ^a	3.22 ± 0.36 ^b	3.63 ± 0.55 ^a	13.37***
Efficacy	Confidence	4.02 ± 0.70 ^b	3.54 ± 0.49 ^c	3.90 ± 0.56 ^b	3.69 ± 0.46 ^c	4.26 ± 0.48 ^a	15.65***
	Actions intention	4.09 ± 0.57 ^b	3.72 ± 0.57 ^c	4.07 ± 0.53 ^b	3.83 ± 0.43 ^c	4.43 ± 0.44 ^a	15.17***
	Knowledge	3.34 ± 0.93 ^{ab}	2.88 ± 0.68 ^{cd}	2.75 ± 0.75 ^d	3.15 ± 0.64 ^{bc}	3.47 ± 0.73 ^a	7.86***
	Total	3.90 ± 0.59 ^b	3.46 ± 0.41 ^d	3.72 ± 0.45 ^c	3.63 ± 0.40 ^{cd}	4.15 ± 0.41 ^a	19.06***

1) Gustation (G), Family (F), Health (H)

2) Mean ± SD, Rated with a 5-point Likert scale 1=never, 5=highly.

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

abcd: means in the same with different superscripts are significantly different by the result of Duncan's multiple range test.

고, 세부요인인 관리 자신감은 3.81 ± 0.57 점, 관리행동의도 3.97 ± 0.56 점, 지식 효능감 3.09 ± 0.76 점이었다. 건강과 가족 요인을 함께 고려하는 집단의 불량식품관리 효능감이 모든 영역에서 유의적으로 높았다($p < 0.001$). 건강, 가족, 미각 요인 모두를 중시하는 집단은 지식 효능감이 유의적으로 높았고($p < 0.001$), 미각 추구 집단과 건강 지향 집단은 효능감 전체평균이 다른 모든 집단에 비해 유의적으로 낮았다($p < 0.001$).

고 찰

청소년기의 식생활은 성장과 발달뿐 아니라 성인기의 건강과 질병에도 큰 영향을 미치므로 청소년기는 일생 중 매우 중요한 시기이다[16-21]. 본 연구의 조사대상자는 자신의 건강상태가 좋다고 생각하는 학생들이 가장 많았고, 매우 건강하다, 보통이라고 생각하는 학생이 전체의 98.2%로 대부분의 학생이 자신의 건강에 대해 긍정적으로 인식하고 있었다. 가정에서 식사준비를 절반 정도 돕는 학생이 47.0%였고, 거의 돕지 않는 학생이 44.4%여서 많은 학생들이 가정에서 식사준비에 참여하지 않는 것으로 나타나 가족과의 식사뿐 아니라 가정에서 식사준비에 참여하고 도움으로써 바람직한 식생활 태도를 기르고, 식생활의 참된 의미를 깨달으며, 식생활을 통한 인성교육과 동시에 창의적인 능력을 기를 수 있도록 하여야 할 것이다. Yoo & Lee [22]의 연구에서는 중학생은 가정에서 음식준비를 돕는 정도가 남학생은 $3.00 \pm 1.21/5.00$ 점이었고, 여학생은 $3.43 \pm 1.11/5.00$ 점으로

보고되어 되었다. 가정에서 식사준비를 많이 도우는 학생들이 불량식품관리의 어려움에 대한 인식이 적은 반면, 불량식품의 구매에 대한 불안은 높았으며, 불량식품관리 역량의 모든 요인에서 높은 점수를 나타내어 가정에서 식사준비 참여는 불량식품으로부터 건강을 지킬 수 있는 식생활관리 역량 함양에 많은 도움이 되는 것으로 판단되었다. 또한 중학생보다 고등학생의 불량식품관리 역량과 효능감의 점수가 낮은 것은 고등학생들이 학업에 대한 부담이 많고, 불량식품과 관련한 식생활교육이 부족하기 때문으로 판단되므로 고등학생을 대상으로 불량식품과 관련한 교육이 보다 적극적으로 실시되어야 할 것이다.

요인분석을 통해 본 청소년의 식생활 라이프스타일은 미각, 가족, 건강지향의 3가지 요인으로 추출되어 기존 연구자들의 요인보다 간략하게 추출되었으나 불량식품관리를 식생활 요인 중 미각 및 건강 추구 요인과 가족의 측면에서 살펴 보는데 의미를 둘 수 있을 것이다. MAPP(Market-Based Product and Process Development in Danish)에서 개발된 식생활 라이프스타일 모델은 쇼핑방법, 식품품질 측면, 조리방법, 소비상황, 구매동기로 이루어졌고[23], Yim & Yoon [24]은 건강지향형, 미각추구형, 편의성추구형, 안정성추구형, 식료품 충동구매형, 식료품 알뜰구매형, 유행분위기 추구형으로 분류하였으며, Oh & Jang [25, 26]은 중학생의 라이프스타일을 건강지향, 미각추구, 편의추구, 유행추구, 완전추구의 5개 요인을 추출하였다. Jung 등 [27]은 음식조리에서 있어서 많은 소비자들이 맛과 비용, 편리함을 더하는 식품을 선호하였다고 보고하였고, Choi 등 [28]은

식생활 라이프스타일 중 미각추구형은 건강기능성 음료 구매행동을 높이는 가장 영향력 있는 요인임을 보고하였다.

요인분석을 통한 청소년의 3가지 식생활 라이프스타일 요인 중 미각 추구요인은 조리위생 역량, 상황관리 역량, 지식 효능감과 유의적인 관련성이 있는 것으로 나타났다($p < 0.05$), 그 중 상황관리 역량과는 음의 상관관계가 나타나 미각 추구요인은 구체적 상황에서 불량식품 유혹을 물리치기 어렵게 하는 요인으로 분석되어 달콤하고 고소한 맛으로 유혹하는 불량식품에 대한 관리를 위해서는 싱겁고 담백하게 먹으며, 영양 및 위생과 안전을 고려한 구매지도가 이루어져야 할 것이다. 가족 지향요인은 불량식품관리의 필요성 인식, 식품식별 역량, 조리위생 역량, 상황관리 역량, 관리 자신감, 관리행동 의도와 유의적인 관련이 있어($p < 0.05$) 가족 중심의 식생활 라이프스타일 추구경향은 불량식품관리에 대한 필요성을 높게 인식하게 하고, 불량식품관리 역량 또한 높은 것으로 나타나 청소년을 대상으로 한 불량식품관리 교육은 가정을 중심으로 한 식생활교육과 병행하여 이루어져야 할 것으로 조사되었다. 건강 지향요인은 불량식품관리의 어려움 인식 요인을 제외한 모든 요인과 유의적인 상관관계를 나타내어($p < 0.01$) 불량식품관리 교육은 가족과 건강 요인 모두를 추구하는 식생활교육과 함께 실시되어야 할 것이다.

식생활 요인은 미각, 건강, 가족 요인들의 일방적인 추구보다는 여러 요인들이 함께 추구될 수 있다고 판단되므로 불량식품관리를 위한 청소년의 식생활관리는 군집분석을 통한 라이프스타일 분석이 필요하다고 판단된다. 요인분석 한 식생활 라이프스타일은 군집분석 후 미각, 건강, 가족 요인 모두를 추구하는 식생활 집단, 미각과 가족, 건강 요인을 각각 추구하는 집단, 건강과 가족 요인에 비해 미각 요인을 낮게 추구하는 집단으로 분류되었다. Kim & Kim [29]의 대학생을 대상으로 한 연구에서는 요인분석과 군집분석을 통하여 웰빙, 편의, 유행추구집단, 무관심집단으로 유형화되었고, Oh & Jang [26]의 중학생을 대상으로 한 연구에서는 건강, 미각, 편의, 유행, 완전추구의 5가지로 유형화된 연구와는 차이를 보였지만, 최근 웰빙 트렌드와 함께 청소년의 식생활 연구를 밥상머리 교육 등 가정교육을 중시하고, 먹방 프로그램의 유행과 더불어 미각 중심의 식생활 측면으로 나누어 볼 수 있는 것에 본 연구의 의미가 있다고 해석된다.

군집분석에 따른 식생활 라이프스타일은 건강상태, 가족 식사준비 참여횟수, 외식횟수에 따라 유의적인 차이가 나타났다($p < 0.01$). 미각 중심과 건강 중심의 식생활 라이프를 가지고 있으며 본인이 건강하다고 인식하는 학생이 가장 많았고, 대부분의 군집 구성원이 가정에서의 식사준비에 참여하지 않는 것에 비해 건강과 가족 모두를 추구하는 집단에서

는 식사준비에 거의 대부분 참여하는 것으로 나타나 미각보다는 가족과 건강을 생각할 수 있는 식생활을 강조하여야 할 것이다. 건강을 생각하는 집단이 외식횟수가 가장 적은 것으로 나타나 청소년을 대상으로 가정에서 건강한 식생활을 실천할 수 있도록 할 교육이 실시되어야 할 것이다. 가족과 건강 요인 모두를 지향하는 집단은 불량식품관리의 어려움을 가장 적게 인식한($P < 0.05$) 반면, 불량식품관리의 필요성, 구매 불안, 환경과약 역량, 식품식별 역량, 조리위생 역량, 상황관리 역량, 자신감, 행동의도, 지식 효능감의 요인에서 다른 집단에 비해 높아($P < 0.001$) 청소년의 불량식품교육에는 건강 요인뿐 아니라 가족과 함께하는 식생활의 중요성을 강조하는 것이 효율적이라고 판단된다.

불량식품은 식품의약품안전처 식의약품용어집에 부정·불량식품으로 '식품의 제조, 가공, 유통 등의 과정에서 식품 위생관련법규를 준수하지 않고, 생산·유통·판매되는 식품으로 질(質)이나 상태가 좋지 않아 식품 섭취 시 인체의 건강을 해칠 우려가 있는 식품'이라고 정의한다[8]. 불량식품은 유해물질이나 위생적인 문제로 인해 장염이나 식중독과 같은 질병을 유발할 수 있고, 식품첨가물에 의한 부작용 등을 들 수 있는데 청소년들은 저가의 식품을 구매하고 있으며, 즐겨 먹는 과자류와 음료, 분식점 음식 등을 구매하는 과정에서 불량식품에 노출될 위험성이 매우 높다. 따라서 불량식품관리 역량이 요구되는데, 본 연구에서는 불량식품에 대한 관리를 불량식품관리에 대한 인식, 역량 및 효능감으로 나누어 살펴보았다. 조사대상 청소년들은 불량식품관리에 대한 필요성과 구매 불안이 높게 인식하고 있는 반면, 어려움은 낮게 인식하고 있어 불량식품관리에 대한 긍정적인 관점을 가지고 있는 것으로 나타났다. 현대사회의 먹거리 위험은 사회적 지속가능성의 위기로 사회 공동체의 구성원들이 공유하는 심리적, 사회적 불안정을 포괄하고 있다[30]. 조사대상 청소년의 불량식품관리 역량은 조리위생 역량, 식품식별 역량, 상황관리 역량, 환경과약 역량 순으로 높았는데, 사용 금지된 식품첨가물이나 병원성 미생물의 종류, 학교급식의 영양과 위생·안전에 대한 주변 환경에 대한 과약 역량과 불량식품 섭취와 관련된 상황관리 역량은 매우 낮아 이에 대한 교육이 요구된 반면, 음식 만들기와 관련된 주방에서의 위생·안전관리 역량은 우수한 것으로 나타나 청소년을 대상으로 불량식품과 관련된 주변 환경 과약과 불량식품 구매 및 섭취와 관련하여 상황과 관련한 교육이 구체적으로 실시되어야 할 것이다.

청소년의 불량식품관리를 위한 효능감은 관리 자신감, 행동 의도, 지식 효능감 순으로 관리 자신감과 행동 의도의 점수는 매우 높았으나 불량식품 관련 지식 효능감 점수는 매우

낮아 불량식품과 관련된 구체적인 지식교육이 요구되었는데 불량식품 관련 지식은 불량식품과 관련된 식품의 종류와 구체적 구별방법, 정보 및 대처방안 등에 대한 내용지식으로 이루어져야 할 것으로 판단된다.

요약 및 결론

본 연구는 대구시내 소재 중·고등학교에 재학 중인 청소년 270명을 대상으로 식생활 라이프스타일을 유형화하였고, 그에 따른 불량식품관리의 차이점을 비교하였다. 그 결과를 요약하면 다음과 같다.

1. 조사대상자의 불량식품관리에 대한 필요성 인식은 3.95 ± 0.59 점, 관리의 어려움인식은 3.02 ± 0.76 점, 불량식품 구매 불안은 3.57 ± 0.70 점으로 세 요인 모두 높았다. 불량식품관리 역량은 3.25 ± 0.50 점이었고, 조리위생 역량, 식품식별 역량, 상황관리 역량, 환경파악 역량 순으로 높았다. 불량식품관리 효능감은 3.71 ± 0.49 점으로 행동의도 효능감, 불량식품관리 자신감, 불량식품관리 지식인지 효능감 순으로 높았다.

2. 불량식품관리에 대한 필요성은 일주일에 4-5번 외식하는 학생들이 높았고 ($p < 0.01$), 불량식품관리의 어려움인식은 고등학생, 건강상태가 나쁘다고 인식하는 학생, 가정에서 가끔 식사준비를 도와주는 학생들이 높게 인식하고 있었다, 불량식품관리 역량의 전 요인에서 중학생은 고등학생보다 높았고 ($p < 0.05$), 식품구매 불안은 가정에서 절반이상 식사준비를 도와주는 학생, 일주일에 2-5회 정도의 외식을 하는 학생들이 높았다 ($p < 0.05$). 불량식품관리 역량은 중학생, 자신이 건강이 보통이상이라고 생각하는 학생, 가정에서 매번 식사준비를 도와주는 학생의 다른 집단에 비해 높았다 ($p < 0.01$). 불량식품관리 효능감은 중학생, 건강하다고 생각하는 학생이 높았다 ($p < 0.05$).

3. 라이프스타일의 미각추구 요인은 환경파악 역량, 식품식별 역량, 조리위생 역량, 상황관리 역량, 불량식품 지식 효능감에 유의적인 영향을 미치는 것으로 나타났고 ($p < 0.05$), 가족지향 요인은 필요성 인식, 환경파악 역량, 식품식별 역량, 조리위생 역량, 상황관리 역량, 불량식품관리 자신감, 행동 의도에 유의적이 영향을 미쳤으며 ($p < 0.05$), 건강지향 요인은 필요성 인식, 어려움 인식, 구매 불안, 환경파악 역량, 식품식별 역량, 조리위생 역량, 상황관리 역량, 불량식품관리 자신감, 행동의도, 지식 효능감 요인에 유의적인 영향을 미치는 것으로 나타났다 ($p < 0.05$).

4. 유형별 라이프스타일에 따라 조사대상자의 건강상태, 식사준비 참가 횟수, 외식 횟수는 유의적인 차이가 있었다

($p < 0.01$).

5. 가족과 건강 요인을 함께 추구하는 집단은 불량식품관리 어려움 요인이 가장 낮은 반면, 필요성 인식, 식품구매 불안, 불량식품관리 역량과 효능감의 모든 요인들이 다른 집단에 비해 높았다. 하지만 미각 요인만 추구하는 집단은 불량식품관리 어려움 인식 요인을 제외한 불량식품관리의 모든 요인들이 다른 집단에 비해 낮았다 ($p < 0.05$).

본 연구에서 청소년의 라이프스타일은 불량식품관리에 대한 인식, 역량 및 효능감에 유의적인 영향을 미치고, 가족과 건강 요인을 추구하는 집단이 불량식품관리의 모든 요인에 유의적인 영향을 미치는 것으로 나타나므로 청소년을 대상으로 하는 불량식품 교육을 미각, 가족, 건강 요인을 지향하는 라이프스타일 유형을 고려하여 실시한다면 불량식품관리 역량강화의 효과를 높일 수 있을 것이다. 뿐만 아니라 가족과 건강을 함께 추구하는 집단의 불량식품관리 역량이 높으므로 청소년을 대상으로 한 식생활교육은 건강을 추구하는 가족지향적인 교육으로 실시되어야 할 것이다. 또한 고등학생, 허약하다고 생각하는 학생, 가족식사 준비에 잘 참여하지 않는 학생들을 대상으로 보다 적극적인 불량식품관리 교육이 이루어져야 할 것이다.

References

1. Jeon SK. Educational meanings and effective practical plans of school dietary life education. J Korean Home Econ Assoc 2010; 22(1): 117-135.
2. Um EK. A study on the segmentation of food related lifestyle within Korean family. J Hotel Resort 2015; 14(3): 247-265.
3. Engel JF, Blackwell RD. Consumer behavior. 9th ed. NY: The Dryden Press; 2001.
4. Hong ST, Park EA. Comparison of female consumers' purchasing behavior by lifestyle types: In the case of cosmetics. Korea Mark Rev 2005; 20(1): 55-89.
5. Grunert KG, Perrea T, Zhou Y, Huang G, Sorensen BT, Krystallis A. Is food-related lifestyle (FRL) able to reveal food consumption patterns in non-Western cultural environments? Its adaptation and application in urban China. Appetite 2011; 56(2): 357-367.
6. Chung W. Achievements and future tasks of the Korean police activities for harmful food elimination. J Korean Public Police Secur Stud 2016; 13(1): 233-256.
7. Korean National Police Agency. Promotion "Special enforcement junk food in the first half of 2016". 2016 [cited 2016 Oct 8]. Available from: <http://www.police.go.kr/portal/bbs/view.do?nttlId=18376&bbsId=B0000011&menuNo=200067&delCode=0>.
8. Ministry of Government Legislation. Bad food. 1st ed. Seoul: Humancultureairang; 2015. p. 1-99.
9. Kim JH. Healthy life education for eradicating harmful food. Proceedings of 2013 Winter Conference of the Home Economics Education Association; 2013 Nov 5; Gwangju: p. 55-75.

10. Kim CK, Yoon BS, Kim HJ. The structure and dynamics of food risk society: Food security and food safe issues revisited. *Econ Soc* 2012; 96: 12-42.
11. Kim SU, Kim CK, Lee HJ. Socio-economic differentiation of food anxiety and food consumption behaviors. *J Rural Soc* 2012; 22(1): 215-264.
12. Park HS. The structural mechanism of food anxieties/scares and its emotional dynamics. *Korean Stud Q* 2010; 33(2): 161-193.
13. Yoo HJ, Joo SH. Development of consumers' perceived food safety and food safety competency measurement. *J Consum Stud* 2012; 23(4): 79-104.
14. Choe JS, Chun HK, Hwang DY, Nam HJ. Consumer perceptions of food-related hazards and correlates of degree of concerns about food. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 2005; 34(1): 66-74.
15. Park NR, Sohn SH. The effects of food safety education on children's food safety knowledge, belief, attitude, and behavior. *Consum Policy Educ Rev* 2010; 6(1): 47-66.
16. Lee HS, Hwang SH. An effect of coffee shop customers' food-related lifestyle on coffee cocktail menu selection attributes and preference for menus. *Tour Res* 2014; 39(3): 141-159.
17. Golmakani N, Naghibi F, Moharari F, Esmaily H. Health promoting life style and its related factors in female adolescents. *J Midwifery Reprod Health* 2013; 1(1): 42-49.
18. Spratt J, Shucksmith J, Philip K, Watson C. Part of who we are as a school should include responsibility for well-being: links between the school environment, mental health and behavior. *Pastor Care Educ* 2006; 24(3): 14-21.
19. Sung CJ. A comparative study of food habits and body satisfaction of middle school students according to clinical symptoms. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 2005; 34(2): 202-208.
20. Lee JS, Yun JW. A study on perception about body image, dietary attitude, dietary self-efficacy and nutrient intake of high school students in Busan. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 2003; 32(2): 295-301.
21. Woo TJ, Lee HJ, Lee KA, Lee SM, Lee KH. Gender differences in adolescents' dietary perceptions and practices. *Korean J Community Nutr* 2016; 21(2): 165-177.
22. Yoo SJ, Jung LH. A study on food involvement and dietary behavior of middle school students in Naju area. *J Home Econ Educ Assoc* 2008; 20(1): 63-83.
23. Grunert KG, Brunso K, Bisp S. Food-related life style: development of a cross-culturally valid instrument for market surveillance. *MAPP working paper* 1993; p. 12.
24. Yim YM, Yoon HH. A study on the food-related life style to wine selection attribution. *Korea Tour Res Assoc* 2006; 20(3): 289-300.
25. Oh SC, Jang JS. The effects of food-related lifestyle on carbonated beverage consumption behavior of the middle school students. *Korean J Food Nutr* 2014; 27(6): 1043-1050.
26. Oh SC, Jang JS. The relationship of food-related lifestyle type and fast food consumption behaviors of the middle school students. *Korean J Food Nutr* 2015; 28(1): 119-125.
27. Jung YH, Kim HI, In KS. The impact of food consumption lifestyle on the comfort food and customer satisfaction. *J Hotel Resort* 2014; 13(2): 163-182.
28. Choi W, Choi JY, Yon HS. A study on purchasing characteristics on health functional beverage according to food-related lifestyle. *J Hotel Resort* 2013; 12(1): 179-196.
29. Kim HC, Kim MR. Intake behavior regarding beverages according to dietary lifestyles of university students. *J East Asian Soc Dietary Life* 2015; 25(2): 223-233.
30. Kim CK. The modern food system and food sovereignty. *ECO* 2008; 12(2): 7-32.