

부산지역 성인의 연령별 패스트푸드 인식 및 이용실태

이정숙[†]
고신대학교 식품영양학과

Comparison of Perception and Fast Food Usage Patterns of Adults Classified by Age in Busan

Jeong-Sook Lee[†]

Dept. of Food and Nutrition, Kosin University, Busan 49104, Korea

ABSTRACT

This study was conducted to compare the perception and fast food usage patterns of adults classified by age in Busan. The survey was conducted from April 15 to June 15, 2017 by questionnaires and the data were analyzed using SPSS 24.0 Overall, 74.1%, 58.1%, 40.7%, 20.3%, 29.7% and 17.9% of individuals in their 20s, 30s, 40s, 50s, 60s and 70s, respectively, consumed fast foods more than once a week. Additionally, 66.0%, 52.5%, 25.7%, 16.0%, 22.9% and 11.7% of individuals in their 20s, 30s, 40s, 50s, 60s, and 70s, respectively, preferred fast foods. There was a significant difference in the basis for choosing menu among the groups, with 'preference' and 'price' being most important to those in their 20s and 30s, on the other hand 'preference' and 'companion' being most important to members of other age groups. As their age increased, individuals spent less money on fast food. Overall, 81.5%, 59.9%, 50.0%, 40.1%, 46.3%, and 28.4% of individuals in their 20s, 30s, 40s, 50s, 60s and 70s thought that fast food was a suitable substitute for a meal. Age affected the substitutability of fast food for a meal ($P < 0.001$). Additionally, the ratio of individuals in their 20s and 30s that skipped breakfast was higher than in other age groups. In addition, age showed a significant positive correlation with obesity and dietary attitude, whereas it showed a negative correlation with nutrition knowledge, use frequency, perception degree and preference. Nutrition knowledge and dietary attitude showed no relationship with preference. These results imply that a nutrition education program should be developed and conducted to induce subjects to manage their dietary habit and develop healthier dietary patterns.

Key words : fast food, usage pattern, perception, preference, age

서론

This research was supported by grants from Kosin University.

접수일 : 2017년 6월 16일, 수정일 : 2017년 7월 6일,

채택일 : 2017년 7월 6일

[†] Corresponding author : Jeong-Sook Lee, Department of Food and Nutrition, Kosin University, 194 Wachiro, Youngdo-gu, Busan 49104, Korea

Tel : 82-51-990-2328, Fax : 82-51-628-2940

E-mail : jslee@kosin.ac.kr

ORCID : <http://orcid.org/0000-0001-7353-8352>

우리나라의 급속한 경제성장은 사회환경과 국민의 생활수준을 크게 향상시켰으며 다방면에서 가치관이나 의식의 변화를 초래하였고, 식생활 양식 또한 급속도로 변화시켰다. 또한 여성의 사회참여 증가, 여가시간의 욕구 증대, 소비의식의 변화, 독신층

및 고령인구의 증가, 외식산업의 발달 등으로 외식 빈도가 높아지고, 활발한 국제 교류에 기인한 서구식 식문화의 도입, 산업사회의 바쁜 생활 속에 간편성, 신속성, 다양성, 경제성, 기호성 및 서비스를 추구하게 됨에 따라 패스트푸드가 우리 식생활에 깊이 침투하였다(Lee 2009; Bae & Kim 2016).

패스트푸드는 기호성을 위주로 선택하는 경우가 많으므로 균형 잡힌 영양소 섭취가 어려워 잠재적인 영양소 결핍을 초래할 수 있다. 또한 함유된 영양가에 비해 열량의 비율이 높고 나트륨과 포화지방산의 함량이 높으며 채소 및 과일의 낮은 함량으로 인한 비타민의 부족이 지적되고 있다(Kim 2009; Kim & Lee 2012; Bae & Kim 2016). 특히 패스트푸드에 많이 함유되어 있는 트랜스지방산의 대사를 방해하고 심장질환을 증가시킨다고 알려져 있으며, 패스트푸드를 한 끼 식사로 섭취할 때는 칼슘 및 철분 섭취가 부족되는 경향을 나타낸다는 보고(Skinner 등 1985)도 있다.

식습관은 집단 내에 존재하는 이용 가능한 식품들을 집단 구성원들이 수용하면서 형성되므로 사람들의 식품 선택에 관한 가치관과 태도는 영양상태를 좌우하는 중요한 요인이 된다. 동일한 시대에 사는 사람이라도 식품 구매능력, 성, 연령, 소득수준 또는 교육수준 등의 인구학적 변인에 따라 식생활 양식이 매우 다르게 나타날 수 있으므로(Jin 2001) 식생활이 어떻게 변화하고 있는지를 검토하는 일이 필요하다.

패스트푸드가 들어오기 시작한 초기에는 청소년이 중심 소비층이었으나 2000년대 이후로는 소비자층의 범위가 확대되고 있으며, 자주 이용하는 소비자층들의 식습관 변화는 식생활의 서구화는 물론 우리 고유 식문화의 저해를 초래할 수 있다. 지금까지 패스트푸드와 관련된 연구들은 청소년의 섭취실태 및 식습관(Kim & Rha 2005; Kim 2009; Kim & Lee 2012; Bae & Kim 2016), 청소년의 식행동과 인식(Her 등 2007; Lyu 등 2008), 청소년의 소비형태와 라이프스타일 유형(Oh & Jang 2015), 대학생의 소비

형태, 식습관, 광고효과(Jang & Oh 2013; Jo & Hyun 2014; Kim & Yoon 2014; Kim 등 2015) 등 특정 연령층을 대상으로 한 연구가 대부분이고 성인의 이용실태 연구는 미흡한 실정이며, 노년층까지 포함하여 연령별 패스트푸드 이용실태, 인식, 선호도 등을 비교한 연구는 이루어지지 않은 실정이다.

이에 본 연구는 20대, 30대, 40대, 50대, 60대, 70대 등의 연령별 패스트푸드에 관한 인식 및 이용실태를 비교하여 우리의 식생활이 어떻게 변화하고 현재의 실태는 어떠한지를 검토하고, 바람직한 식생활 방향의 설정을 위한 기초자료를 확보하고자 하였다.

연구방법

1. 조사대상 및 기간

연구자 소속기관 생명윤리위원회의 승인(KU IRB 2016-0116)을 받아 부산지역 4개 대학의 학생과 학부모 및 가족을 대상으로 설문조사를 실시하였으며, 조사대상 학생들의 조부모님이 출석하는 수영구, 영도구, 동래구, 부산진구에 소재하는 노인대학에 재학 중인 노인들을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 설문지법을 이용하여 2017년 4월 15일부터 6월 15일까지 실시하였다. 조사 대상자가 직접 설문지에 기입하게 하였으며 시력이 나빠 설문지 읽기가 힘든 대상자의 경우 조사자가 읽어주면서 설문에 답하게 하였다. 총 1,000부 중 모든 문항에 완전히 응답된 970부(회수율 97.0%)를 통계처리하였다.

2. 조사내용 및 방법

연구자에 의해 설계된 설문지의 문항은 영양학 전공자 3인으로부터 내용타당도를 검증받아 선정하였으며, 전체 문항의 신뢰도 계수는 $\alpha=0.74$ 로 나타났다. 설문지는 일반적 사항, 신장과 체중, 끼니별 식사 횟수 및 결식 이유, 패스트푸드 이용실태, 식

생활 태도, 영양지식, 패스트푸드에 대한 인식 및 개선 요구도 등에 관한 항목으로 구성되었다.

조사된 체중과 신장을 이용하여 비만도를 구하였다. 비만도는 체질량지수(Body mass index, BMI)를 구하는 공식을 이용하여 체중(kg)/{신장(m)}²으로 계산하였다.

패스트푸드 이용에 관한 조사를 위해 선행연구(Lee 2004; Kim 등 2004; Lee 2007)에서 사용한 방법을 응용하여 설문을 만들었다. 문항의 내용은 패스트푸드의 이용 빈도, 1회 이용 시 사용금액, 식사 대용 가능성, 선택의 기준, 선호도, 찾는 동기 등에 관한 문항으로 구성하였다.

식생활 태도에 관한 문항은 선행연구(Her 등 2007; Kim 2009)의 내용을 기초로 하여 본 연구의 목적에 맞게 수정하여 설문을 만들었다. 문항의 내용은 기초식품군의 조화, 식사의 규칙성, 식습관 개선에 관한 의지 등 20문항으로 구성하였다. 각 문항마다 '바람직하지 못한 태도'는 1점, '보통'은 2점, '바람직한 태도'는 3점을 주어 총점을 구하였다. 총점이 24점 미만은 '나쁨', 24점 이상 36점 미만은 '보통', 36점 이상 48점 미만은 ' 좋음', 48점 이상은 '우수'로 나누었다.

영양지식에 관한 문항은 선행연구(Kim 등 2004; Lee 2007)의 내용을 기초로 하여 본 연구의 목적에 맞게 보완하여 선정한 15문항으로 구성하였다. 문항은 일반적인 기초식품군별 영양소의 역할과 함유 식품, 결핍증, 영양 및 패스트푸드에 관한 정확한 지식 여부 등을 서술형 문항으로 제시하여 문항의 내용에 대해 '맞다', '잘모르겠다', '틀리다'에 ○로 표시하는 형식으로 측정하였다. 영양지식의 평가는 정답이 '맞으면' 3점, '틀리면' 1점, '잘모르겠다'는 2점을 주어 총 45점 만점으로 평가하였으며 총점이 18점 미만은 '나쁨', 18점 이상 27점 미만은 '보통', 27점 이상 36점 미만은 ' 좋음', 36점 이상은 '우수'로 나누었다.

패스트푸드 인식에 관한 문항은 선행연구(Kim 등 2004; Lee 2007; Jang & Oh 2013)의 내용들을 기초

로 하여 패스트푸드의 맛, 가격, 영양가, 열량, 식사 편의성, 위생 등 인식에 관한 문항으로 구성하였다. 맛은 '매우 맛없다' 1점, '맛없다' 2점, '보통이다' 3점, '맛있다' 4점, '매우 맛있다' 5점으로 한 5점 척도를 이용하였다, 가격은 '매우 부적당하다' 1점, '부적당하다' 2점, '보통이다' 3점, '적당하다' 4점, '매우 적당하다' 5점으로 한 5점 척도를 이용하였다. 영양가, 열량, 식사 편의성, 위생 등에 대한 인식에 관한 문항은 '매우 낮다' 1점, '낮다' 2점, '보통이다' 3점, '높다' 4점, '매우 높다' 5점으로 한 5점 척도를 이용하였다. 패스트푸드 개선 요구도에 관한 문항은 선행연구(Kim 등 2004; Lee 2007; Jang & Oh 2013)의 내용을 기초로 하여 지방 함량 감소, 맛 개선, 영양표시, 염분 함량 감소, 채소 사용량 증가 등에 관한 문항으로 구성하였다. '전혀 필요하지 않다' 1점, '필요하지 않다' 2점, '보통이다' 3점, '필요하다' 4점, '매우 필요하다' 5점으로 한 5점 척도를 이용하였다.

3. 조사자료의 처리

수집된 자료는 SPSS 24.0 program(IBM, USA)을 이용하여 통계처리하였다. 항목에 따라 빈도, 백분율, 평균과 표준편차를 구하여 전반적인 경향을 파악하고, 변인 간의 유의성 및 상관성은 χ^2 -test, Duncan's multiple range test, 회귀분석을 실시하여 파악하였다.

결 과

1. 일반적 특성

조사 대상자의 일반적 사항은 Table 1에 나타내었다. 조사 대상자는 남성 484명(49.9%), 여성 486명(50.1%)이며 20대 남성 81명(8.4%), 20대 여성 81명(8.4%), 30대 남성 81명(8.4%), 30대 여성 81명(8.4%), 40대 남성 79명(8.0%), 40대 여성 81명(8.4%), 50대 남성 82명(8.5%), 50대 여성 80명(8.1%), 60대 남성

81명(8.4%), 60대 여성 81명(8.4%), 70대 남성 80명(8.1%), 70대 여성 82명(8.5%)으로 총 970명이었다. 1인가족이 147명(15.1%), 핵가족이 733명(75.6%), 대가족이 90명(9.3%)이었다.

2. 연령, 신장, 체중 및 체질량지수

조사 대상자의 연령, 신장, 체중 및 체질량지수는 Table 2와 같다. 20대 남성은 평균신장 175.9 cm, 평균체중 72.4 kg, 30대 남성은 평균신장 176.1 cm, 평균체중 73.3 kg, 40대 남성은 평균신장 174.2 cm, 평균체중 73.6 kg, 50대 남성은 평균신장 171.8 cm, 평균체중 73.0 kg, 60대 남성은 평균신장 170.1 cm, 평균체중 68.8 kg, 70대 남성은 평균신장 167.3 cm, 평

균체중 66.8 kg이었다. 남성의 경우 40대 이하의 신장이 50대 이상의 신장보다 크게 나타났으며 BMI는 40대가 가장 높은 것으로 나타났고 20대에서 가장 낮은 경향을 보였다.

20대 여성은 평균신장 160.4 cm, 평균체중 52.5 kg, 30대 여성은 평균신장 161.5 cm, 평균체중 53.5 kg, 40대 여성은 평균신장 161.7 cm, 평균체중 57.1 kg, 50대 여성은 평균신장 157.0 cm, 평균체중 56.2 kg, 60대 여성은 평균신장 156.7m, 평균체중 56.3 kg, 70대 여성은 평균신장 156.4 cm, 평균체중 54.8 kg이었다. 여성의 경우 40대 이하의 신장이 50대 이상의 신장보다 높은 것으로 나타났고, BMI는 20대와 30대에서 가장 낮게 나타났다.

3. 끼니별 식사 횟수 및 결식 이유

조사 대상자의 끼니별 식사 횟수 및 결식 이유 조사 결과는 Table 3에 나타내었다. 1주일 동안 아침식사 횟수는 20대(3.0회)와 30대(3.4회)가 가장 적었고, 60대(5.5회)와 70대(6.0회)가 가장 많은 것으로 나타났다. 점심식사 횟수는 50대(6.0회)가 다른 군에 비해 적었고 60대와 70대가 6.7회로 가장 많았다. 저녁식사 횟수는 60대와 70대가 6.5회로 다른 군에 비해 많은 것으로 나타났다. 야식 섭취횟수는 20대, 30대, 40대가 다른 연령층에 비해 많았으며, 70대는 0.5회로 가장 적게 나타났다.

결식 이유는 전체의 25.5%(247명)가 ‘시간이 없어서’, 19.4%(188명)가 ‘귀찮아서’, 15.6%(152명)가 ‘식욕이 없어서’로 응답하였다. 20대는 시간이 없어서, 습관적으로, 귀찮아서의 순으로 응답하였고, 30대는 시간이 없어서, 습관적으로, 식욕이 없어서의 순으로 응답하였다. 40대와 50대는 습관적으로, 시간이 없어서, 귀찮아서로 응답하였고 60대와 70대는 귀찮아서, 식욕이 없어서, 소화가 잘되지 않아서 순으로 응답하여 연령에 따른 차이를 보였다($P < 0.001$). 70대에서는 ‘준비가 되지 않아서(14.2%)’가 다른 연령층에 비해서 높게 나타났다.

Table 1. General characteristics of the subjects.

Characteristics	Number (%)
Gender	
Male	
20's	81 (8.4)
30's	81 (8.4)
40's	79 (8.0)
50's	82 (8.5)
60's	81 (8.4)
70's	80 (8.1)
Total	484 (49.9)
Female	
20's	81 (8.4)
30's	81 (8.4)
40's	81 (8.4)
50's	80 (8.1)
60's	81 (8.4)
70's	82 (8.5)
Total	486 (50.1)
Family type	
One person	147 (15.1)
Nuclear	733 (75.6)
Extended	90 (9.3)
Total	970 (100.0)

4. 패스트푸드 이용실태

조사 대상자의 패스트푸드 이용실태는 Table 4에 나타난 바와 같다. 패스트푸드 이용 빈도는 20대에서 '1주일에 1번 정도' 이용한다는 응답이 53명(32.7%)으

로 가장 높게 나타난 반면, 30대 이상에서는 '1달에 1~2번 정도' 이용한다는 응답이 가장 높게 나타났다. 30대의 62명(38.3%), 40대 71명(44.4%), 50대 81명(50.0%), 60대 74명(45.7%)이 '1달에 1~2번 정도' 이용한다고 응답하였다. 70대는 '거의 이용하지 않는

Table 2. Physical characteristics of the subjects.

	20's	30's	40's	50's	60's	70's
Age (years)						
Male	23.9 ^{1)±1.9^{2)if}}	33.9±2.8 ^c	44.9±2.9 ^d	53.8±2.7 ^c	64.0±3.0 ^b	73.8±2.9 ^a
Female	22.7±1.8 ^f	33.6±2.8 ^c	44.7±2.9 ^d	54.1±2.8 ^c	63.4±2.7 ^b	73.7±2.6 ^a
Height (cm)						
Male	175.9±5.4 ^a	176.1±6.1 ^a	174.2±4.6 ^a	171.8±4.5 ^b	170.1±4.9 ^b	167.3±5.8 ^c
Female	160.4±4.1 ^a	161.5±4.7 ^a	161.7±4.7 ^a	157.0±3.3 ^b	156.7±4.5 ^b	156.4±4.4 ^b
Weight (kg)						
Male	72.4±9.9 ^a	73.3±9.8 ^a	73.6±8.2 ^a	73.0±7.5 ^a	68.8±7.5 ^b	66.8±7.8 ^b
Female	52.5±5.4 ^c	53.5±6.3 ^{bc}	57.1±7.6 ^a	56.2±6.6 ^a	56.3±6.8 ^a	54.8±7.7 ^{ab}
BMI ³⁾						
Male	23.4±3.1 ^b	23.6±3.1 ^{ab}	24.3±2.6 ^a	24.0±2.1 ^{ab}	23.8±2.4 ^{ab}	23.8±2.2 ^{ab}
Female	20.4±2.0 ^c	20.5±2.1 ^c	21.8±2.7 ^b	22.2±2.5 ^{ab}	23.0±2.9 ^a	22.4±2.8 ^{ab}

¹⁾ Mean±SD

²⁾ Values with different superscripts are significantly different at $\alpha=0.05$ by Duncan's multiple range test

³⁾ BMI (Body Mass Index)=Body weight (kg)/{Height (m)}²

Table 3. Number of meal intake and distribution of reasons of skipping meal in the subjects.

N (%)

	20's	30's	40's	50's	60's	70's	Total	F/ χ^2
Meal intake (per week)								
Breakfast	3.0±1.1 ^{1)1d}	3.4±1.8 ^{2)d}	4.9±1.4 ^c	5.1±1.0 ^{bc}	5.5±1.3 ^a	6.0±1.7 ^a	4.7±1.3	36.233***
Lunch	6.4±1.5 ^b	6.3±1.7 ^b	6.5±1.2 ^b	6.0±1.0 ^c	6.7±1.7 ^a	6.7±1.7 ^a	6.4±1.4	6.443***
Dinner	6.3±1.7 ^b	5.9±1.1 ^c	6.2±1.4 ^b	6.0±1.1 ^{bc}	6.5±1.2 ^a	6.5±1.7 ^a	6.2±1.4	4.198***
Late-night snack	2.0±0.5 ^a	2.1±0.5 ^a	1.7±0.5 ^a	1.1±0.4 ^b	1.0±0.5 ^b	0.5±0.3 ^c	1.4±0.4	18.007***
Reasons of skipping meal								98.211***
Lack of time	86 (53.1)	63 (38.9)	43 (26.9)	40 (24.7)	12 (7.4)	3 (1.9)	247 (25.5)	
Low appetite	12 (7.4)	19 (11.7)	13 (8.1)	19 (11.7)	44 (27.2)	45 (27.8)	152 (15.6)	
Bothersome	15 (9.3)	25 (11.4)	19 (11.9)	20 (12.4)	55 (34.0)	54 (33.3)	188 (19.4)	
Hard of digestion	6 (3.7)	8 (4.9)	14 (8.8)	11 (6.8)	22 (13.6)	24 (14.8)	85 (8.8)	
Weight control	8 (4.9)	4 (2.5)	6 (3.7)	8 (4.9)	2 (1.2)	1 (0.6)	29 (3.0)	
Habitually	18 (11.1)	32 (19.8)	46 (28.8)	55 (34.0)	11 (6.8)	10 (6.2)	172 (17.7)	
Not prepare	11 (6.8)	3 (1.9)	13 (8.1)	8 (4.9)	14 (8.6)	23 (14.2)	72 (7.4)	
Others	6 (3.7)	8 (4.9)	6 (3.7)	1 (0.6)	2 (1.2)	2 (1.2)	25 (2.6)	

¹⁾ Mean±SD

²⁾ Values with different superscripts are significantly different at $\alpha=0.05$ by Duncan's multiple range test

***P<0.001

다'가 79명(48.8%)로 가장 높게 나타났다. '1주일에 한 번 이상' 이용하는 경우가 20대의 74.0%, 30대의 58.0%, 40대의 40.6%, 50대의 20.3%, 60대의 29.6%,

70대의 17.9%였다.

패스트푸드 이용 시 1회 사용금액은 20대(44.4%), 30대(46.3%), 40대(41.9%)는 '5,000원 초과'를 사용하

Table 4. Distribution of usage patterns of fast food restaurants.

N (%)

	20's	30's	40's	50's	60's	70's	Total	χ^2
Eating frequency								268.208***
Everyday	5 (3.1)	5 (3.1)	2 (1.2)	1 (0.6)	0 (0.0)	0 (0.0)	13 (1.3)	
4~5 times/week	12 (7.4)	11 (6.8)	3 (1.9)	2 (1.2)	4 (2.5)	1 (0.6)	33 (3.4)	
2~3 times/week	50 (30.8)	33 (20.3)	16 (10.0)	7 (4.3)	16 (9.8)	11 (6.8)	133 (13.7)	
1 time/week	53 (32.7)	45 (27.8)	44 (27.5)	23 (14.2)	28 (17.3)	17 (10.5)	210 (21.7)	
1~2 times/month	38 (23.5)	62 (38.3)	71 (44.4)	81 (50.0)	74 (45.7)	54 (33.3)	380 (39.2)	
Never	4 (2.5)	6 (3.7)	24 (15.0)	48 (29.7)	40 (24.7)	79 (48.8)	201 (20.7)	
Amount of intake for one time (won)								240.875***
Under 2,000	0 (0.0)	5 (3.1)	6 (3.8)	7 (4.3)	26 (16.0)	49 (30.2)	93 (9.6)	
2,001~3,000	10 (6.2)	11 (6.8)	6 (3.8)	24 (14.8)	25 (15.4)	28 (17.3)	104 (10.7)	
3,001~4,000	23 (14.2)	20 (12.3)	33 (20.6)	34 (21.0)	44 (27.2)	43 (26.5)	197 (20.3)	
4,001~5,000	57 (35.2)	51 (31.5)	48 (30.0)	53 (32.7)	41 (25.3)	29 (17.9)	279 (28.8)	
Over 5,000	72 (44.4)	75 (46.3)	67 (41.9)	44 (27.2)	26 (16.0)	13 (8.0)	297 (30.6)	
Substitutability for the meal								203.065***
Possible	132 (81.5)	97 (59.9)	80 (50.0)	65 (40.1)	75 (46.3)	46 (28.4)	495 (51.0)	
Moderate	20 (12.3)	43 (26.5)	50 (31.2)	58 (35.8)	42 (25.9)	39 (24.1)	252 (26.0)	
Impossible	10 (6.2)	22 (13.6)	30 (18.8)	39 (24.1)	45 (27.8)	77 (47.5)	223 (23.0)	
Criteria for menu choice								182.145***
Preference	108 (66.7)	99 (61.1)	111 (69.4)	96 (59.2)	70 (43.2)	56 (34.6)	540 (55.7)	
Price	32 (19.8)	33 (20.4)	13 (8.1)	13 (8.0)	23 (14.2)	17 (10.5)	138 (14.2)	
Companion	9 (5.6)	14 (8.6)	21 (13.1)	28 (17.3)	30 (18.5)	28 (17.3)	123 (12.7)	
Nutrient value	5 (3.1)	8 (4.9)	9 (5.6)	16 (9.9)	23 (14.2)	16 (9.9)	77 (7.9)	
Hygiene	3 (1.9)	2 (1.2)	2 (1.3)	4 (2.5)	1 (0.6)	5 (3.1)	17 (1.8)	
Others	5 (3.1)	6 (3.7)	4 (2.5)	5 (3.1)	15 (9.3)	40 (24.7)	75 (7.7)	
Degree of preference								273.023***
Like	107 (66.0)	85 (52.5)	41 (25.6)	26 (16.0)	37 (22.9)	19 (11.7)	315 (32.5)	
Moderate	51 (31.5)	64 (39.5)	92 (57.5)	82 (50.6)	72 (44.4)	66 (40.7)	433 (44.6)	
Dislike	4 (2.5)	13 (8.0)	27 (16.9)	54 (33.3)	53 (32.7)	77 (47.5)	222 (22.9)	
Major factors in visiting								109.767***
Reasonable price	24 (14.8)	24 (14.8)	22 (13.8)	26 (16.0)	30 (18.5)	19 (11.7)	145 (14.9)	
Good taste	63 (38.9)	62 (38.3)	46 (28.8)	31 (19.1)	40 (24.7)	33 (20.4)	275 (28.4)	
Meal substitute	49 (30.2)	55 (34.0)	51 (31.9)	50 (30.9)	35 (21.6)	30 (18.5)	270 (27.8)	
Good Nutrition	2 (1.2)	0 (0.0)	3 (1.9)	1 (0.6)	9 (5.6)	2 (1.2)	17 (1.8)	
Children wanted	24 (14.8)	21 (13.0)	38 (23.8)	54 (33.3)	48 (29.6)	78 (48.1)	263 (27.1)	
Total	162 (100.0)	162 (100.0)	160 (100.0)	162 (100.0)	162 (100.0)	162 (100.0)	970 (100.0)	

***P<0.001

는 비율이 가장 높았지만, 50대는 '4,001원~5,000원'을 사용하는 비율이 가장 높았고(32.7%), 60대와 70대는 '3,001원~4,000원'을 사용하는 비율이 각각 27.2%, 26.5%로 가장 높게 나타났다.

패스트푸드가 식사 대용으로 가능한가에 대한 질문에서는 20대 81.5%, 30대 59.9%, 40대 50.0%가 '가능하다'고 답한 반면 50대의 40.1%, 60대 46.3%, 70대 28.4%가 '가능하다'고 응답하였다. 조사 대상자의 23.0%가 패스트푸드가 한 끼 식사로 '불가능하다'고 하였으며, 연령이 많을수록 불가능하다는 비율이 높았다(P<0.001). 20대 6.2%, 30대 13.6%, 40대 18.8%가 '불가능하다'고 응답한 반면, 50대 24.1%, 60대 27.8%, 70대 47.5%가 '불가능하다'고 응답하여 대조를 보였다.

패스트푸드의 품목 선택 시 기준이 되는 것으로 조사 대상자의 55.7%가 '기호'로 응답하였는데 모든 연령층에서 '기호'를 가장 높은 비율로 응답하였다. 20대(19.8%)와 30대(20.4%)는 '가격'이 두 번째로 높은 비율을 보였지만, 40대 이상은 '동행인과 같은 것 선택'이 두 번째로 높은 비율을 보여 세대 간의 차이를 나타내었다(P<0.001). 전체적으로는 기호(55.7%), 가격(14.2%), 동행인과 같은 것(12.7%), 영양가(7.9%) 순이었다.

패스트푸드를 좋아하는 정도는 20대의 66.0%, 30대 52.5%가 '좋아한다'고 대답한 반면, 40대, 50대, 60대

는 '보통'으로 대답한 비율이 높고 70대는 '좋아하지 않는다'고 대답한 비율이 47.5%로 가장 높게 나타나 세대 간의 차이를 보였다(P<0.001).

패스트푸드점을 이용하게 되는 이유로 20대(38.9%)와 30대(38.3%)에서는 '입맛에 맞아서'가 가장 높은 응답을 보였으며 '식사 대용'이 그 다음 순위(30.2~34.0%)를 보였다. 40대에서는 '식사 대용'이 31.9%로 가장 높은 비율을 보였고, '입맛에 맞아서(28.8%)'가 그 다음 순위를 보였다. 50대에서는 '자녀가 원해서(33.3%)', '식사 대용(30.9%)'의 순이었으나 60대 이상에서는 '자녀가 원해서(60대 29.6%, 70대 48.1%)'가 가장 높은 비율을 보였고 그 다음은 '입맛에 맞아서(60대 24.7%, 70대 20.4%)'로 응답하여 연령층별로 차이를 보였다(P<0.001).

5. 식생활 태도와 영양지식

조사 대상자의 식생활 태도, 영양지식의 분포와 점수는 Table 5에 나타내었다. 식생활 태도의 분포는 60대(53.1%)에서 '우수'가 가장 높은 비율을 보인 반면, 50대 이하와 70대에서는 ' 좋음'이 가장 높은 비율을 보였으며, 특히 20대는 다른군에 비해 '우수'가 15.7%로 낮은 비율을 나타내었다. 식생활 태도 점수는 60대가 48.2점으로 가장 높은 점수를 보였으며, 20대(40.1점)가 가장 낮게 나타났다.

Table 5. Distribution of dietary behavior and nutrition knowledge of the subjects.

	20's	30's	40's	50's	60's	70's	Total	χ^2
Dietary behavior								
Fair	48 (29.6)	22 (13.6)	10 (6.3)	14 (8.6)	4 (2.5)	7 (4.3)	105 (10.8)	120.689***
Good	89 (54.7)	87 (53.7)	91 (56.9)	94 (58.1)	72 (44.4)	105 (64.8)	538 (55.5)	
Excellent	25 (15.7)	53 (32.7)	59 (36.9)	54 (33.3)	86 (53.1)	50 (30.9)	327 (33.7)	
Mean±SD	40.1±6.9 ^{1d}	44.9±7.4 ^{bc}	46.3±6.3 ^b	45.0±6.5 ^{bc}	48.2±5.5 ^a	44.3±5.4 ^c	44.8±6.3	
Nutrition knowledge								
Fair	15 (9.3)	1 (0.6)	4 (2.5)	6 (3.7)	6 (3.7)	9 (5.5)	41 (4.2)	91.652***
Good	36 (22.2)	74 (45.7)	72 (45.0)	73 (45.1)	89 (54.9)	114 (70.4)	458 (47.2)	
Excellent	111 (68.5)	87 (53.7)	84 (52.5)	83 (51.2)	67 (41.4)	39 (24.1)	471 (48.6)	
Mean±SD	37.4±6.0 ^a	35.8±4.4 ^{bc}	36.3±5.1 ^b	34.4±4.1 ^d	35.0±4.3 ^{cd}	32.4±2.1 ^c	35.2±4.3	
Total	162 (100.0)	162 (100.0)	160 (100.0)	162 (100.0)	162 (100.0)	162 (100.0)	970 (100.0)	

¹⁾ Values with different superscripts are significantly different at $\alpha=0.05$ by Duncan's multiple range test
***P<0.001

조사 대상자의 영양지식의 분포는 연령에 따른 차이를 나타내어($P<0.001$), 50대 이하는 '우수'가 가장 높은 비율을 보인 반면, 60대와 70대는 ' 좋음'이 가장 높은 비율을 보였다. 특히 70대는 '우수'가 24.1%에 불과하였다. 영양지식 점수는 20대가 37.4점으로 가장 높게 나타났으며, 70대가 32.4점으로 가장 낮게 나타났다.

6. 패스트푸드에 대한 인식

조사 대상자의 패스트푸드의 맛, 가격, 영양가, 열량, 식사 편의성 및 위생에 대한 인식 점수를 Table 6에 나타내었다. 맛에 대한 인식 점수는 20대가 5점 만점에 3.96점으로 가장 높았으며 연령이 많아질수록 점수가 낮아졌고, 60대(2.89점)와 70대(2.83점)는 '보통 이하'로 인식하는 것을 알 수 있었다.

가격은 20대와 30대가 40대 이상에 비해 더 '부적당하다'고 인식하고 있었으나, 모든 연령층에서 5점 만점에 2.57~2.81점으로 '적당하지 않다'고 인식하

고 있는 것으로 나타났다. 영양가는 50대(2.72점)와 60대(2.65점)가 40대(2.37점)에 비해 높게 생각하는 것으로 나타났으나 전체적으로 2.37~2.72점의 낮은 인식도를 가지고 있는 것으로 나타났다. 열량은 20대와 30대가 50대 이상에 비해 높다고 인식하고 있는 것으로 나타났으며 60대(3.59점)와 70대(3.40점)에서 낮게 인식하고 있는 것으로 나타났다. 식사 편의성은 20대(4.26점)와 30대(4.10점)가 높게 인식하는 것으로 나타났으며 연령이 많아짐에 따라 감소를 보여 60대(3.30점)와 70대(3.23점)는 가장 낮게 인식하는 것으로 나타났다. 위생은 20대(2.98점)와 30대(2.96점)가 40대 이상에 비해 높게 인식하는 것으로 나타났으며 70대가 가장 낮게 인식하는 것으로 나타났다. 모든 연령층에서 2.63~2.98점을 보여 '보통 이하'라고 인식하는 것으로 나타났다.

7. 패스트푸드 개선에 대한 요구도

조사 대상자의 패스트푸드 개선에 대한 요구도를

Table 6. Perception score for fast foods of the subjects.

	20's	30's	40's	50's	60's	70's	Total
Taste	3.96 ¹⁾ ±0.70 ^{2)a}	3.63±0.84 ^b	3.36±0.86 ^c	3.14±0.86 ^d	2.89±0.86 ^c	2.83±0.84 ^c	3.30±0.92
Price	2.61±0.72 ^b	2.57±0.68 ^b	2.72±0.76 ^a	2.81±0.76 ^a	2.81±0.79 ^a	2.81±0.78 ^a	2.76±0.73
Nutritive value	2.52±0.86 ^{ab}	2.57±0.94 ^{ab}	2.37±0.84 ^b	2.72±0.89 ^a	2.65±0.84 ^a	2.57±0.83 ^{ab}	2.57±0.87
Calorie	4.39±0.75 ^a	4.35±0.68 ^a	4.21±0.90 ^{ab}	4.13±0.77 ^b	3.59±0.87 ^c	3.40±0.89 ^d	4.01±0.90
Convenience	4.26±0.73 ^a	4.10±0.81 ^a	3.80±0.92 ^b	3.70±0.91 ^b	3.30±0.84 ^c	3.23±0.82 ^c	3.73±0.92
Hygiene	2.98±0.84 ^a	2.96±0.87 ^a	2.76±0.84 ^b	2.73±0.78 ^{bc}	2.74±0.82 ^b	2.63±0.80 ^c	2.81±0.83

¹⁾ Mean±SD

²⁾ Values with different superscripts are significantly different at $\alpha=0.05$ by Duncan's multiple range test

Table 7. Improvement requirement scores for fast foods of the subjects.

	20's	30's	40's	50's	60's	70's	Total
Low fat	3.74 ¹⁾ ±0.86 ^{2)ab}	3.85±0.95 ^{ab}	3.92±0.80 ^a	3.83±0.77 ^{ab}	3.76±0.92 ^{ab}	3.66±0.89 ^b	3.80±0.87
Tasty	3.82±0.86 ^b	3.91±0.82 ^{ab}	4.03±0.66 ^a	3.87±0.71 ^{ab}	3.73±0.92 ^b	3.81±0.82 ^b	3.86±0.81
Nutrition labeling	4.12±0.77 ^a	4.14±0.80 ^a	4.06±0.69 ^a	4.01±0.76 ^a	3.84±0.8 ^b	3.70±0.81 ^b	3.98±0.79
Low salt	3.99±0.79 ^{cd}	4.22±0.76 ^c	4.19±0.74 ^{ab}	4.10±0.79 ^{abc}	4.02±0.76 ^{bc}	3.85±0.82 ^d	4.06±0.78
Use more vegetable	4.09±0.83 ^a	4.04±0.98 ^a	4.18±0.75 ^a	4.09±0.79 ^a	3.84±0.83 ^b	3.78±0.86 ^b	4.00±0.86

¹⁾ Mean±SD

²⁾ Values with different superscripts are significantly different at $\alpha=0.05$ by Duncan's multiple range test

조사한 결과는 Table 7과 같다. 지방 함량 감소에 대한 요구도는 40대가 5점 만점에 3.92점으로 70대의 3.66점보다 유의적으로 높았으나 다른 연령군과는 차이를 보이지 않았다.

맛 개선에 대한 요구도는 40대가 4.03점으로 20대(3.82점), 60대(3.73점), 70대(3.81점)보다 높은 점수를 보였다. 영양표시에 대한 요구도는 50대 이하가 4.01~4.14점으로 60대의 3.84점, 70대의 3.70점보다 높게 나타났다.

염분 함량 감소에 대한 요구도는 30대(4.22점)가 20대(3.99점), 60대(4.02점), 70대(3.85점)보다 높았으며, 70대의 요구도가 가장 낮은 것으로 나타났다. 채소 사용량 증가에 대한 요구도는 50대 이하가 4.04~4.18점으로 60대(3.84점), 70대(3.78점)보다 높은 것으로 나타났다. 전체적으로 짜지 않게(4.06점), 채소를 더 사용(4.00점)해서 조리해야 한다는 요구도가 높은 것으로 나타났다.

8. 연령, 비만도, 식생활 태도, 영양지식, 패스트푸드 이용 빈도, 인식도 및 선호도의 상관관계

조사 대상자의 연령, 비만도, 식생활 태도, 영양지식, 패스트푸드 이용 빈도, 인식도 및 선호도의 상관관계를 Table 8에 나타내었다. 조사 대상자의 연령은 비만도, 식생활 태도와는 양의 상관(P<0.001)을 보였으나 영양지식, 이용 빈도, 인식도, 선호도와는

음의 상관(P<0.001)을 보여, 연령이 많을수록 비만도와 식생활 태도는 높게 나타난 반면 영양지식, 이용 빈도, 인식도, 선호도는 낮은 것으로 나타났다. 패스트푸드 이용 빈도는 연령(P<0.001), 식생활 태도(P<0.01), 영양지식(P<0.05)과 음의 상관을 보였으나 비만도(P<0.01), 인식도(P<0.001), 선호도(P<0.001)와 양의 상관을 나타내었다. 패스트푸드 선호도는 연령(P<0.001), 식생활 태도(P<0.01), 영양지식(P<0.05)과 음의 상관을 보였으나, 이용 빈도, 인식도와는 양의 상관(P<0.001)을 나타내었다. 식생활 태도는 이용 빈도, 인식도, 선호도와 음의 상관(P<0.001)을 보였다.

Table 9. Multiple regression of age, body mass index (BMI), dietary behavior, nutrition knowledge, use frequency, perception degree for preference of fast food.

Factors	b	β
Age	-1.776E-02	-0.322***
BMI	1.817E-02	0.055*
Dietary behavior	-5.598E-03	-0.041
Nutrition knowledge	4.028E-03	0.021
Use frequency	7.973E-02	0.167***
Perception degree	0.117	0.284***
R ²	0.345	
F	81.173***	

*P<0.05, ***P<0.001

Table 8. Correlation coefficients among age, body mass index (BMI), dietary behavior, nutrition knowledge, use frequency, perception degree and preference of the fast food.

	Age	BMI	Dietary behavior	Nutrition knowledge	Use frequency	Perception degree	Preference
Age	-						
BMI	0.186***	-					
Dietary behavior	0.219***	0.061	-				
Nutrition knowledge	-0.282***	-0.033	-0.020	-			
Use frequency	-0.293***	0.091**	-0.122**	-0.079*	-		
Perception degree	-0.344***	0.041	-0.160**	0.037	0.239***	-	
Preference	-0.470***	0.014	-0.172**	-0.132*	0.344***	0.448***	-

*P<0.05, **P<0.01, ***P<0.001

9. 패스트푸드 선호도에 미치는 관련 변수의 영향

조사 대상자의 연령, 비만도, 식생활 태도, 영양지식, 패스트푸드 이용 빈도 및 인식도가 패스트푸드 선호도에 미치는 영향을 알아보기 위해 회귀분석을 실시한 결과는 Table 9와 같다. 전체 변인들의 패스트푸드 선호도에 미치는 영향의 설명력은 34.5%로 나타났으며, 연령($\beta=0.322$, $P<0.001$), 인식도($\beta=0.284$, $P<0.001$), 이용 빈도($\beta=0.167$, $P<0.001$), 비만도($\beta=0.055$, $P<0.05$) 순으로 유의한 영향을 미쳤다. 즉, 연령이 적을수록, 비만도, 이용 빈도, 인식도가 높을수록 패스트푸드를 선호하는 것으로 나타났으며 식생활 태도, 영양지식은 패스트푸드 선호도와 회귀관계가 성립되지 않는 것으로 나타났다.

고 찰

2015년 국민건강영양조사(Ministry of Health and Welfare 2016)에서 20대 남성 평균신장 174.4 cm, 평균체중 73.0 kg, 20대 여성 평균신장 161.6 cm, 평균체중 56.1 kg, 30대 남성 평균신장 175.1 cm, 평균체중 76.9 kg, 30대 여성 평균신장 160.9 cm, 체중 58.7 kg, 40대 남성 평균신장 172.2 cm, 평균체중 74.0 kg, 40대 여성 평균신장 158.6 cm, 평균체중 58.6 kg, 50대 남성 평균신장 169.1 cm, 평균체중 69.9 kg, 50대 여성 평균신장 156.4 cm, 평균체중 58.9 kg, 60대 남성 평균신장 166.5 cm, 평균체중 67.1 kg, 60대 여성 평균신장 154.4 cm, 평균체중 58.4 kg, 70대 남성 평균신장 164.2 cm, 평균체중 63.9 kg, 70대 여성 평균신장 150.2 cm, 평균체중 55.4 kg으로 보고된 것에 비해, 본 조사 대상자의 신장은 약간 크고 체중은 약간 적은 것으로 나타났다.

체질량지수로 평가하였을 때 2015년 국민건강영양조사(Ministry of Health and Welfare 2016)에서 남성은 전연령층이 과체중으로, 여성은 20대와 30대가 정상체중, 40대 이상이 과체중으로 보고되었는데, 본

조사 대상자는 남성은 과체중, 여성은 정상 범위로 나타나 약간의 차이를 보였다. 이는 조사대상, 조사 지역, 조사시기, 조사방법 등의 차이에 기인한 것으로 생각된다.

Lee(2007)의 조사에서는 1주일간 아침식사 결식 횟수가 30대는 1.8회, 40대 1.4회, 50대 1.4회였는데 비해 본 조사에서는 30대 3.6회, 40대 2.1회, 50대 1.9회로 더 증가한 것으로 나타났다. Jin(2001)은 김천지역 성인의 식행동 조사에서 아침식사를 하는 비율이 30대 76.3%, 40대 80.1%로 연령이 증가할수록 아침식사 결식률이 감소하였다고 보고하였고, 2015년 국민건강영양조사에서는 아침식사 결식률이 20대 49.1%, 30대 36.3%, 40대 22.6%, 50대 14.7%, 60대 7.3%, 70대 5.4%로 연령이 적을수록 아침식사 결식률이 높은 것으로 나타났는데, 본 조사결과에서도 연령이 증가할수록 줄어들긴 하였지만 전체적으로 아침식사 결식률이 높은 것을 알 수 있었다.

우리는 전통적으로 아침식사를 매우 중요하게 여겨왔으며, 아침식사 결식 시에는 정신활동, 운동능력 등 신체기능이 저하되기 쉬운 점을 간과해서는 안된다. 아침식사 결식은 점심이나 저녁의 과식을 초래하기 쉬우며 신체는 반복되는 장기간의 공복으로 인해 기초대사량을 저하시키고 에너지를 저장하는 대사를 유발하여 비만이 되기 쉬운 것으로 보고되고 있다(Yperman & Vermeerch 1979). 아침식사를 결식하면 점심과 저녁을 아무리 잘먹는다 해도 영양소의 부족분을 모두 보충하기 어려우므로 아침식사의 중요성은 지속적으로 강조되어야 할 것이다.

20대와 30대의 높은 야식 섭취는 20대와 30대의 낮은 아침식사 섭취 횟수와 관련이 있을 것으로 보이는데, 야식을 섭취하면 숙면을 취하기 어려우며 아침에 속이 더부룩해 아침식사를 거르게되는 악순환이 계속될 수 있다.

본 조사 대상자의 패스트푸드 섭취빈도는 Kim 등(1996)의 편의식품 이용자의 이용 횟수는 연령이 증가할수록 낮아졌다는 보고와 Kim(2003)의 조사에서 패스트푸드 섭취빈도는 연령과 음의 상관관계를 나타내었다

는 결과와도 비슷한 경향을 보였다. 그러나 Lee(2007)의 조사에서 30대 34.3%, 40대 36.5%, 50대 48.7%가 패스트푸드를 거의 이용하지 않는 것으로 보고된 것에 비해 본 조사 대상자들의 경우는 30대 3.7%, 40대 15.0%, 50대 29.7%가 패스트푸드를 거의 이용하지 않는 것으로 나타나 10년 사이에 패스트푸드 소비자층의 범위가 확대되었음을 알 수 있었다. 패스트푸드는 열량이 한 끼 식사 이상으로 충분하지 않으나 비타민과 무기질은 부족하며 트랜스지방과 염분의 함량이 높은 문제점을 가지고 있고, 탄산음료와 동물성 식품이 주종을 이루고 있어 당질과 동물성 지방 섭취에 편중되고 영양소 섭취의 불균형 현상을 일으켜 비만과 성인병 발생요인이 될 수 있다는 점을 강조한 식품 선택을 위한 교육이 지속되어야 할 것으로 생각된다.

Lee(2007)의 조사에서 30대의 32.1%, 40대의 36.5%, 50대의 34.7%가 패스트푸드는 식사 대용으로 가능하다고 응답한 반면, 본 조사 대상자들이 경우 30대의 59.9%, 40대 50.0%, 50대 40.1%, 60대 46.3%가 식사 대용으로 가능하다고 응답하여 식사 비중의 변화를 보여주고 있었다. 패스트푸드가 처음 들어왔을 때 중심 소비층이었던 10대가 현재 40~50대가 되었으므로 소비자층이 확대된 것으로 보이며, 이런 추세는 노년층까지 소비자층의 범위를 확대시킬 수 있으므로 패스트푸드 이용에 영향을 미칠 수 있는 요인을 분석한 영양교육이 꾸준히 실시되어야 할 것이다. 패스트푸드를 자주 이용하는 경우 음식 맛의 획일화, 입맛의 서구화를 초래할 수 있는 등의 문제점도 지적된 바 있다(Sim & Kim 1993; Kim 2003).

패스트푸드가 한 끼 식사 대용으로 '불가능하다'고 생각하는 조사 대상자가 전체의 23.0%라는 것은 아직까지 간식으로 먹는 경우도 많다는 것을 나타내는데, 대부분의 패스트푸드가 열량으로는 충분한 한 끼 식사가 되는 음식이므로 이는 에너지 과잉 섭취로 인한 건강상의 문제가 발생할 가능성을 시사한다고 하겠다. 패스트푸드 섭취 시 채소 섭취 부족, 염분의 과잉섭취, 지방과 열량의 과잉섭취 등 영양

적 문제에 대한 정보를 적극적으로 제공하는 것은 물론, 패스트푸드의 간편성, 기호성, 신속성, 포만감 등을 대체할 수 있는 방안의 연구·제시가 필요하다.

패스트푸드 메뉴 선택 시의 기준으로 조사 대상자의 55.7%가 '기호'를 선택하였는데 이는 Park 등 (1999)의 연구에서 조사 대상자들이 외식을 할 때 '맛'을 1순위로 고려하는 것으로 나타난 결과와 Lee (2004)가 패스트푸드를 선호할수록 '맛'에 치중한다고 한 보고와는 차이가 나는 결과이다. Lee(2007)는 용돈이 적은 초등학교와 고등학교의 경우 패스트푸드 메뉴 선택시 '가격'을 고려하는 비율이 가장 높았다는 보고를 한 바 있다.

20대와 30대는 '가격'을 선택 기준으로 하는 비율이 두 번째 비중을 보였지만, 40대 이상의 경우 '동행인과 같은 메뉴'를 고르는 비율이 두 번째 비중을 차지하는 것으로 나타났다. 이는 40대 이상 성인은 식사 대용이 된다고 생각하는 비율이나 선호도는 낮지만, 자녀가 위하여 패스트푸드점을 방문하는 비율이 높은 것과 관련이 있는 것으로 생각된다.

패스트푸드는 주문하면 음식이 곧바로 나오고 비교적 저렴하고 간편하게 먹을 수 있기 때문에 바쁘게 생활하는 현대인의 욕구를 충족시켜줄 수 있는 장점을 지닌다(Lyu 등 2006). 본 조사 대상자들의 경우 가격, 영양가, 위생에서는 '보통 이하'의 낮은 평가를 하면서도 맛이 있고 편리하므로 패스트푸드를 섭취하는 것으로 볼 수 있는데, 맛, 식사 편의성, 위생면은 연령이 높아질수록 낮은 평가를 하고 있었다. 즉 패스트푸드를 맛있고 편리한 식품으로 평가하지만 위생과 영양면은 다소 미흡하며 가격은 다소 높은 편으로 평가하고 있는 것으로 사료된다.

청소년 대상의 선행연구에서도 패스트푸드의 맛과 편의성은 높게 평가한 반면 위생상태는 낮은 편으로, 영양면은 바람직하지 않은 것으로 평가한 결과가 나타나 청소년들도 패스트푸드가 영양면에서 문제가 있지만 맛이 있기 때문에 섭취하고 있음이 확인된 바 있다(Kim 2009; Bae & Kim 2016). Jo & Hyun(2014)이 패스트푸드점 아르바이트생을 대상으

로 패스트푸드에 대한 인식 점수를 조사한 결과 ‘이용이 편리하다’의 점수는 높았으나 ‘가격이 저렴하다’의 점수가 가장 낮았다는 보고는 본 조사결과와 비슷하다. Kim 등(2004)은 대학생들을 대상으로 한 조사에서 패스트푸드 이용자들은 지방과 에너지의 과다 섭취 등 영양문제는 인식하고 있으나 이러한 인식이 패스트푸드 이용에는 별 영향을 미치지 못하였고 패스트푸드가 질적 가치에 비해 값이 비싸다고 인식하고 있음을 보고한 바 있다.

조사 대상자의 20대, 30대, 40대, 50대에서 영양표시에 대한 개선 요구도가 높은 것은 건강과 영양에 대한 관심이 많아졌고, 또한 식품 관련하여 마스크림을 통한 여론 조성과 홍보 효과로 식생활에 대한 의식수준과 지식이 향상되어 영양표시에 관한 관심이 높아진 것을 의미한다고 볼 수 있다. 60대와 70대는 주로 자녀와 동행하여 같은 메뉴를 주문하므로 영양표시에 관한 관심이 낮은 것으로 생각되는데, 식품산업의 발달로 가공식품이 대량 유통되고 있는 상황에서 현명한 식품을 구매하기 위해서는 식품 영양표시의 내용을 확인하는 것은 매우 중요하다. 최근 문제가 되고 있는 만성질환 및 비만의 효율적인 예방을 위해서는 소비자가 식품 영양표시의 내용을 제대로 이해하고 이를 적극적으로 활용하는 능력을 갖추는 것이 매우 중요하다(Chung & Kim 2007). 평균수명이 연장됨에 따라 자신의 영양적 요구와 건강상태에 맞는 식품을 선택하고 만성질환을 예방해야하는 노인층을 대상으로 한 식품 영양표시 읽기를 병행한 영양교육이 요청된다.

패스트푸드는 고지방·고열량·고염식이면서 무기질과 비타민이 부족한 영양불균형 식품으로 ‘정크푸드(junk food)’라 지칭되기도 한다(Lyu 등 2006). 패스트푸드 이용률 증가는 불규칙한 식습관 형성과 비만 증가의 주요원인으로 지목되며(Kim & Lee 2012) 막대한 사회경제적 비용 부담을 발생시킨다. 청소년을 대상으로 한 조사에서 패스트푸드는 지방이 풍부하여 체중을 증가시키는 음식으로, 식이섬유와 비타민이 부족한 음식으로 평가하고 있음이 보고된

바 있다(Kim 2009; Bae & Kim 2016). 본 조사 대상자에게서 패스트푸드의 염분 함량 감소와 채소 사용량 증가에 대한 개선 요구도가 높은 것은 패스트푸드 섭취 시 염분을 과잉섭취하게 되거나 비타민과 식이섬유가 부족하게 된다는 점을 인지하고 있기 때문으로 사료된다. 이는 관련 내용에 관한 홍보와 영양교육이 활발히 진행된 효과로 생각되며 지속적인 홍보와 영양교육의 중요성을 시사하는 것으로 생각된다.

본 조사 대상자의 70대에서 염분 함량 감소에 대한 요구도가 가장 낮게 나타난 것은 고령화에 의해 짠맛에 대한 인식한계값이 증가하고 최적염미도가 높아져 짠 음식을 좋아하게 되는 것(Nordin 등 2003; Lee 2014)에 기인하는 것으로 보인다. 이는 노인 혈압 상승의 원인이 되어 고혈압과 관련된 질병을 유발시키므로 최적염미도를 낮추어 싱겁게 먹도록 하는 것은 중요한 과제이며, 저염식의 필요성과 이점에 관한 지속적인 교육이 필요하다고 생각된다.

Lee(2007)의 연구와 Kim(2003)의 연구에서는 영양지식과 식생활 태도 점수가 낮을수록 패스트푸드를 선호한다는 보고를 하였고, Kim(2003)은 영양지식 수준이 높을 때 편의식품의 섭취빈도가 낮은 경향을 보였다고 보고하면서 영양교육을 통한 영양지식 향상의 중요성을 강조한 바 있다. Kim 등(2004)은 영양지식 수준이 높을수록 패스트푸드 섭취빈도가 낮고, 영양지식이 낮을수록 결식률이 높으므로 관련 교육의 필요성을 강조하였다.

본 조사 대상자의 영양지식과 식생활 태도는 상관관계를 보이지 않았는데, 전남지역의 여성 대상 조사에서 Kim(2007)은 20대와 30대는 영양지식과 식생활 태도의 상관관계가 있었으나 40대와 50대에서는 상관관계를 보이지 않았다고 하였으며, Seok(2009)은 영양지식을 실천하려는 의지가 강한 집단은 식생활 태도가 좋으며 실천하려는 의지가 약한 집단은 영양지식이 높더라도 식생활 태도가 좋지 않다고 보고하면서 실천의지의 중요성을 강조한 바 있다.

본 조사 대상자의 연령, 비만도, 식생활 태도, 영양지식, 패스트푸드 이용 빈도 및 인식도가 패스트푸드 선호도에 미치는 영향을 알아보기 위한 회귀분석에서 연령이 적을수록, 비만도, 이용 빈도, 인식도가 높을수록 패스트푸드를 선호하는 것으로 나타났는데 Kim 등(2004)도 패스트푸드를 자주 이용하는 경우 에너지나 지방을 과잉섭취하기 쉽고 비만 등 성인병이 발병할 가능성을 높일 수 있다고 하였다.

패스트푸드를 자주 섭취하면 비만, 고혈압 및 만성질환의 위험이 증가된다고 알려져 있고(Pacratkul 등 2003), Duffey 등(2009)은 패스트푸드의 섭취가 체중 증가, 허리둘레 증가뿐 아니라 혈액의 중성지방 증가와도 관련이 있다고 보고하였다. French 등(2000)은 20~45세의 여성을 대상으로 한 3년간의 종단연구에서 패스트푸드점을 자주 이용하는 것이 에너지 섭취량과 체중 증가와 유의적인 관련성이 나타났다고 보고하면서 패스트푸드의 잦은 섭취와 좋지 않은 식습관은 서로 연관되어있으며 시간이 지난 후 체중 증가에 영향을 미침을 주장한 바 있다.

요약 및 결론

연령별 패스트푸드에 관한 인식 및 이용실태를 비교하여 우리 식생활의 실태는 어떠하며 어떻게 변화하고 있는지 검토하고 바람직한 식생활 방향의 설정을 위한 기초자료를 확보하고자 부산지역 4개 대학의 학생과 학부모 및 가족을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 설문지법을 이용하여 2017년 4월 15일부터 6월 15일까지 조사를 실시한 결과는 아래와 같다.

1. 본 조사 대상자는 남성 484명(49.9%), 여성 486명(50.1%)이며 20대 남성 81명(8.4%), 20대 여성 81명(8.4%), 30대 남성 81명(8.4%), 30대 여성 81명(8.4%), 40대 남성 79명(8.0%), 40대 여성 81명(8.4%), 50대 남성 82명(8.5%), 50대 여성 80명(8.1%), 60대 남성 81명(8.4%), 60대 여성 81명

(8.4%), 70대 남성 80명(8.1%), 70대 여성 82명(8.5%)으로 총 970명이었다. 1주일 동안 아침식사 횟수는 20대(3.0회)와 30대(3.4회)가 가장 적었고, 60대(5.5회)와 70대(6.0회)가 가장 많았다. 결식 이유는 전체의 25.5%(247명)가 '시간이 없어서', 19.4%(188명)가 '귀찮아서', 15.6%(152명)가 '식욕이 없어서'로 응답하였다.

2. 패스트푸드 이용 빈도는 20대에서 '1주일에 1번 정도' 이용한다는 응답이 가장 높게 나타난 반면 30대 이상에서는 '1달에 1~2번 정도' 이용한다, 70대는 '거의 이용하지 않는다'가 가장 높게 나타났다. 20대 81.5%, 30대 59.9%, 40대 50.0%가 패스트푸드가 식사 대용으로 '가능하다'고 답한 반면 50대의 40.1%, 60대 46.3%, 70대 28.4%가 '가능하다'고 응답하였다. 조사 대상자의 23.0%가 패스트푸드가 한 끼 식사로 '불가능하다'고 하였으며, 연령이 증가할수록 불가능하다는 비율이 높았다($P<0.001$). 패스트푸드의 품목을 선택할 때 기준이 되는 것으로 모든 연령층에서 '기호'가 가장 높은 비율을 차지하였다. 패스트푸드를 좋아하는 정도는 20대 66.0%, 30대 52.5%가 '좋아한다'고 대답한 반면, 40대, 50대, 60대는 '보통'으로 대답한 비율이 높고 70대는 '좋아하지 않는다'고 대답한 비율이 47.5%로 가장 높게 나타나 세대 간의 차이를 보였다($P<0.001$). 패스트푸드점을 이용하게 되는 이유로 20대(38.9%)와 30대(38.3%)에서 '입맛에 맞아서'가 가장 높은 응답을 보였으며 40대에서는 '식사 대용'이, 50대 이상에서는 '자녀가 원해서'가 가장 높은 비율을 나타냈다.

3. 식생활 태도 점수는 60대가 48.2점으로 가장 높은 점수를 보였으며, 20대(40.1점)가 가장 낮게 나타났다. 영양지식 점수는 20대가 37.4점으로 가장 높게 나타났으며, 70대가 32.4점으로 가장 낮게 나타났다. 가격은 '적당하지 않다'고 인식하고 있었고, 영양가와 위생면은 '보통 이하'로 인식하고 있었다. 짜지 않게(4.06점), 채소를 더 사용(4.00점)해서 조리해야 한다는 요구도가 높은 것으로 나

타났다.

4. 연령은 비만도, 식생활 태도와는 양의 상관($P<0.001$)을 보였으나 영양지식, 이용 빈도, 인식도, 선호도와는 음의 상관($P<0.001$)을 보여, 연령이 많을수록 비만도와 식생활 태도는 높게 나타난 반면 영양지식, 이용 빈도, 인식도, 선호도는 낮은 것으로 나타났다. 연령이 적을수록, 비만도, 이용 빈도, 인식도가 높을수록 패스트푸드를 선호하는 것으로 나타났으며 식생활 태도, 영양지식은 패스트푸드 선호도와 회귀관계가 성립되지 않는 것으로 나타났다.

이상의 결과로 연령이 적을수록 간편한 식생활을 선호함을 알 수 있었는데, 이는 젊은층이 중·노년층이 되었을 때 고지혈증, 동맥경화, 심장병 등과 같은 만성퇴행성 질환에 이환될 가능성이 높음을 시사한다고 본다. 영양적인 균형을 고려해서 음식을 선택하며, 식생활을 스스로 관리할 수 있는 능력을 갖출 수 있도록 도와줄 수 있는 구체적이고 실천적인 영양지도 프로그램의 개발 및 시행이 필요하다고 생각된다.

REFERENCES

- Bae YK, Kim YN (2016): A study on the kinds and characteristics of fast foods-by highschool students in Daejeon-. J Korean Home Econ Educ Assoc 28(3):79-88
- Chung J, Kim MJ (2007): Using and understanding of nutrition labels and related factors among female adults in the Seoul area. Korean J Comm Nutr 12(4):417-425
- Duffey KJ, Gordon-Larsen P, Steffen LM, Jacobs DR Jr, Popkin BM (2009): Regular consumption from fast food establishments relative to other restaurants is differentially associated with metabolic outcomes in young adults. J Nutr 139(11):2113-2118
- French SA, Harnack L, Jeffery RW (2000): Fast food restaurant use among women in the Pound of Prevention study: dietary, behavioral and demographic correlates. Int J Obes Relat Metab Disord 24(10):1353-1359
- Her ES, Lee KH, Bae EY, Lyu ES (2007): Interrelations among fast food intake, food behavior, and personality in adolescents. Korean J Community Nutr 12(6):714-723
- Jang JS, Oh SC (2013): A study on fast food consumption patterns and behaviors of university students. Korean J Food Nutr 26(2):301-309
- Jin YH (2001): Dietary behaviors of adults in Kimcheon city. J Korean Soc Diet Cult 16(1):43-57
- Jo MY, Hyun T (2014): Comparison of dietary habits, perception consumption frequency of fast foods between youths working part-time at fast food restaurants and other food-related services. J Nutr Health 47(3):206-213
- Kim BR (2009): Fast food consumption pattern and food habit by fast food intake frequency of middle school students in Wonju Area. J Korean Home Econ Educ Assoc 21(4):19-33
- Kim HM, Yoon JY (2014): Celebrity endorser effects of fast food industries on Seoul highschool and undergraduate students. Korean J Food Nutr 27(1):120-127
- Kim HY, Choi SH, Ju SU (1996): A survey of the behaviors on fast food restaurants. J Korean Soc Diet Cult 11(1):71-82
- Kim JH, Lee DY (2012): Factors associated with consumption of fast food by Korean adolescents: analysis of 2007 survey data from the National Youth Policy Institute. Korean J Obes 21(1):37-44
- 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 Commu Nutr 8(2):181-191
- Kim KW, Shin EM, Moon EH (2004): A study on fast food consumption, nutritional knowledge, food behavior and dietary intake of university students. J Korean Diet Assoc 10(1):13-24
- Kim MJ (2007): A comparative study of nutrition knowledge, dietary attitude and nutrient intakes of dietitians and non-dietitians working in the Chonnam area. Masters degree thesis. Chonnam University. pp.12-14
- Kim YS, Rha YA (2005): A study for dietary behaviors of elementary school students in Seoul by gender. Culin Sci Hosp Res 11(4):77-91
- Kim YY, Kim SJ, Choi MK (2015): Comparison of processed food intake by allowance level in college students in Chungnam. J Korean Diet Assoc 21(4):280-290
- Lee JH (2009): The study on the relationships between din-

- ing-out activities, eating habits, and the frequency of fast food intake and obesity among the university students in the Busan area. *Korean J Culin Res* 15(3):225-235
- Lee JS (2007): A comparative study on fast food consumption patterns classified by age in Busan. *Korean J Community Nutr* 12(5):534-544
- Lee MS (2014): The relationship between dietary behaviors/health risk factors and preference for salty taste among Korean elderly people living in rural areas. *Korean J Commu Nutr* 19(5):448-458
- Lee SS (2004): A study on dietary behavior of children according to the their preferences for fast food. *Korean J Community Nutr* 9(2):204-213
- Lyu ES, Chae IS, Lee KH (2008): Interrelations among fast food, beverage intake and sociality, anger expression of adolescents in the Busan area. *Korean J Community Nutr* 13(6):829-839
- Lyu ES, Lee KA, Yoon JY (2006): The fast foods consumption patterns of secondary school students in Busan area. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 35(4):448-455
- Ministry of Health and Welfare (2016): Korea Health Statistics 2015: Korea National Health and Nutrition Examination Survey. Ministry of Health and Welfare. Sejong. pp.242-252
- Nordin S, Razani LJ, Markison S, Murphy C (2003): Age-associated increases in intensity discrimination for taste. *Exp Aging Res* 29(3):371-381
- Oh SC, Jang JS (2015): The relationship of food-related lifestyle type and fast food consumption behaviors of the middle school students. *Korean J Food Nutr* 28(1):119-125
- Paeratakul S, Ferdinand DP, Champagne cm, Ryan DH, Bray GA (2003): Fast-food consumption among US adults and children: dietary and nutrient intake profile. *J Am Diet Assoc* 103(10):1332-1338
- Park MR, Kim SH, Wi SU (1999): The consumption patterns of fast food in small cities. *J Korean Soc Diet Cult* 14(2):139-146
- Seok MJ (2009): A comparison of dietary attitudes, nutrition knowledge, perception of nutrition labeling system and dietary intake among urban areas rural and island areas. Masters degree thesis. Kosin University. pp.29-30
- Sim KH, Kim SA (1993): Utilization state of fast-foods among Korean youth in big cities. *J Korean Nutr Health* 26(6):804-811
- Skinner JD, Salvetti NN, Ezell JM, Penfield MP, Costello CA (1985): Appalachian adolescents' eating patterns and nutrient intakes. *J Am Diet Assoc* 85(9):1093-1099
- Yperman AM, Vermeersch JA (1979): Factors associated with children's food habits. *J Nutr Educ* 11(2):72-76