

## 경기지역 남녀 중국인 유학생의 식습관, 건강관련 생활습관, 음료의 기호도와 섭취에 관한 비교 연구

유 해 념 · †장 재 선\*  
가천대학교 식품영양학과

### A Study on the Dietary Habits, Life Habits, Drink Preference and Intake according to the Chinese Students Gender in Gyeonggi Province

Haining Liu and †Jae-Seon Jang\*

*Dept. of Food & Nutrition, Gachon University, Gyeonggido 13120, Korea*

#### Abstract

The purpose of this study was to investigate dietary habits, health lifestyle, preference and intake of beverages of Chinese students in Gyeonggi area. Therefore, we try to identify the factors that affect beverage consumption. According to the analysis of the demographic characteristics of male and female Chinese students, there were 155 male students (49.7%) and 157 female students (50.3%). There were statistically significant differences between the residence period and the time of coming to Korea according to sex ( $p<0.05$ ), but there was no statistically significant difference between the education level, residence type and Korean ability ( $p>0.05$ ). Analysis of the differences in health-related lifestyle among Chinese students of both sexes showed statistically significant difference in alcohol drinking, smoking, and exercise according to sex ( $p<0.05$ ), but no statistically significant difference in computer use time ( $p>0.05$ ). According to the analysis of the dietary habits of the Chinese students, there was a statistically significant difference in the number of meals per day, breakfast, lunch, dinner, snack frequency and number of midnight snacks, but no statistically significant difference in eating out frequency. As a result of the preference test for general beverages, 4.11 points of water, 3.81 points of milk, 3.64 points of fruit and vegetable juice, 3.58 points of tea, 3.25 points of coffee, 3.22 points of carbonated drinks, 2.92 points of functional drinks, respectively. Male students were more likely to prefer water, tea, and health functional drinks while female students had higher preference for fruit, vegetable juice and vinegar drinks ( $p<0.05$ ). In general, consumption of regular drinks was 4.95 in water, 3.58 in milk, 3.03 in coffee, 2.92 in carbonated drink, 2.91 in fruit and vegetable juice, 2.63 in tea, 2.07 in functional drink, and 1.44 in vinegar appear. Male students had higher intake of water, tea, carbonated drinks, and health functional drinks while female students had higher intake of fruit and vegetable juice ( $p<0.05$ ). The results of correlation analysis of factors affecting the general drinking of Chinese students are as follows. The intake of tea was related to the period of residence and dietary habits, the intake of milk for breakfast, the number of snacks and midnight snacks for carbonated drinks, and the fruit vegetable juice were related to dietary habits ( $p<0.01$ ,  $p<0.05$ ).

Key words: Chinese students, dietary habits, life habits, preference and intake of beverages

서 론

국내에 등록된 외국인 현황자료에 의하면 유학생의 수는

† Corresponding author: Jae-Seon Jang, Dept. of Food & Nutrition, Gachon University, Gyeonggido 13120, Korea. Tel: +82-31-750-4767, Fax: +82-31-750-5974, E-mail: [jangjs@gachon.ac.kr](mailto:jangjs@gachon.ac.kr)

2010년 87,480명, 2011년 88,468명, 2014년 96,357명, 2016년 115,927명, 2018년 1월 법무부 출입국·외국인정책 통계월보에 의하면 재한 외국인 유학생은 133,258명으로 그 중에 중국인 유학생은 66,149명으로 전체 유학생의 49.6%를 차지하고 있다(KIS 2018). 한국의 외국인 유학생의 수가 늘면서 낮은 환경에서의 유학생과 관련된 다양한 이슈인 언어적인 장벽 이외 문화적 적응, 민족적인 차별 인식, 경제적 어려움, 스트레스, 학업문제, 식생활 문제 등 어려움을 호소하고 있다(Park EK 2008).

유학생들은 대부분 청춘기 후반기로 식사를 통해 균형 잡힌 영양섭취의 중요성을 인식하지 못하는 경우가 많으며(Ko MS 2007), 한국에 온 이후 불규칙한 식사, 아침 또는 저녁 결식, 외식 빈도의 증가, 과음 등 식생활 관련 문제가 심각한 것으로 나타났다(Zhu JF 2012; Li GT 2013).

바쁜 일상생활 속에서 간편식을 추구하는 등 식생활 패턴의 변화에 따라 음료 또한 중요한 부분을 차지하고 있다(Kim KH 2004). 그리고 음료의 기호도와 섭취량은 성별, 연령, 식사내용, 식사량, 간식량, 운동량, 사회 환경, 경제상태, 체격상태, 광고와 유행 등의 영향을 받는 것으로 알려져 있다(Song 등 2005; Powell 등 2007).

최근 음료 소비의 증가로 주로 커피나 콜라, 사이다 같은 탄산음료 중심의 소비 형태의 시작에서 현재는 다양한 음료 개발이 촉진하게 되었고, 이와 함께 기능성 음료와 우리 전통적인 음료를 이용한 음료 등이 개발되었다(Kim & Im 1998). 그러나 지나친 음료 섭취는 다른 식품의 섭취를 방해하여 영양소 섭취 불균형을 초래할 수 있으며(Kang 등 2006), 음료는 지방과 에너지 함량이 높은 식품들과 함께 어울려 마시는 경향이 있으므로 비만의 원인이 될 수 있다. 최근 국민 비만 이환율이 점점 높아지고 있어 그 중 성장기 학생들의 비만율은 더욱 증가하고 있으며, 그 원인을 분석해 볼 때 패스트푸드와 탄산음료 등을 통한 지방과 당분의 섭취증가가 원인 중 하나라는 사회적 의견이 대두되고 있는 실정이다(Chung 등 2004). 대학생들의 영양 상태는 성인이 되어서의 체형 및 건강상태에 커다란 영향을 미치게 된다. 그러므로 성인기로의 과도기적 연령으로서 이 시기의 식습관은 성인기의 식습관 및 식생활 태도를 좌우하기 때문에 중요하다고 할 수 있다(Song KH 1999).

본 연구는 경기지역 남녀 중국인 유학생들의 식습관 및 건강생활습관, 음료의 기호도와 섭취실태를 조사하여 식습관을 중점으로 이에 영향을 미치는 요인을 규명함으로써 중국인 유학생들의 올바른 식습관을 형성하기 위한 대책을 모색하고, 국내에서의 적절한 유학 생활 적응을 돕는 기초 자료로 활용하고자 한다.

## 연구방법

### 1. 연구대상 및 기간

본 조사는 한국에 유학 중인 중국 유학생을 대상으로 2017년 11월부터 12월까지 경기지역 소재하는 있는 대학교에 재학 중인 유학생 330명을 대상으로 실시하였다. 연구자가 직접 학생들에게 질문지의 구체적인 내용 및 작성요령을 설명한 후, 질문지를 배부·작성하도록 하고 회수하는 방법으로 이루어졌다. 무작위 배포하여 이 가운데 320부의 설문지가 회수되었으며, 이 중 답이 누락하거나 응답내용이 불충분한 자료를 제외하고, 총 312부의 자료를 통계분석에 이용하였다. 본 조사는 가천대학교 연구윤리심의위원회의 심의를 받아 수행되었다(1044396-201703-HR-059-01).

### 2. 연구 도구

본 연구는 설문지법을 이용하였으며, 사용된 설문지는 선행 연구(Jeon JA 2009; Kim HM 2009)를 참고하여 작성한 후 예비조사를 거쳐 수정 보완하였다. 연구에 사용한 설문지 구성은 인구학적인 특성으로 성별, 소속, 거주기간, 거주형태, 민족, 한국어 능력, 한국에 오게 된 계기 총 7개 문항으로 구성하였다. 식습관과 건강관련 생활습관에 관련 문항으로 흡연, 음주, 운동, 컴퓨터 사용시간, 하루 식사횟수, 외식 빈도, 아침식사 빈도, 점심식사 여부, 저녁식사 여부, 간식 섭취빈도, 야식 섭취빈도 총 11문항으로 구성하였다.

일반음료에 대한 기호도 및 섭취빈도는 Likert 5점 척도로 평가하였다. 기호도인 경우 ‘매우 좋아하다’를 5점, ‘좋아하다’를 4점, ‘보통이다’를 3점, ‘싫어하다’를 2점, ‘매우 싫어하다’를 1점으로 하였으며, 섭취빈도인 경우 ‘매일 마신다’를 5점, ‘주 2~3회 마신다’를 4점, ‘주 1회 마신다’를 3점, ‘월 1~2회 마신다’를 2점, ‘거의 안 마신다’를 1점으로 산정하였다. 일반음료의 종류는 물, 커피, 차, 탄산음료, 과일·야채주스, 기능성음료, 식초음료, 우유 총 8종으로 구성하였다.

### 3. 자료의 통계처리

수집된 설문 자료는 SPSS(version 21)을 사용하여 통계분석하였다. 남녀 중국인 유학생들 간의 인구학적 특성과 식습관, 건강관련 생활습관, 일반 음료의 기호도와 섭취실태를 살펴보기 위하여  $\chi^2$ -test, *T*-test를 실시하였다. 또한 일반음료 섭취에 영향 요인의 관련성을 규명하기 위해 Pearson correlation analysis를 실시하였다. 유의성 검증은  $p < 0.05$ ,  $p < 0.01$ 에서 분석하였다.

## 결과 및 고찰

### 1. 남녀 중국인 유학생의 인구학적 특성

Table 1은 중국인 유학생의 인구학적인 특성을 분석한 결과

**Table 1. Difference of personal characteristics by Chinese students gender** (unit: person (%))

Variables	Specification	Male	Female	Total	$\chi^2$ (p-value)
Education level	Language school	39(22.3)	43(31.4)	82( 26.3)	3.985 (0.136)
	University	117(66.9)	77(56.2)	194( 62.2)	
	Graduate school	19(10.9)	17(12.4)	36( 11.5)	
Residence period	<1 year	64(36.6)	68(49.6)	132( 42.3)	14.912* (0.005)
	<2 years	20(11.4)	27(19.7)	47( 15.1)	
	<3 years	44(25.1)	19(13.9)	63( 20.2)	
	<4 years	25(14.3)	12( 8.8)	37( 11.9)	
	≥4 years	22(12.6)	11( 8.0)	33( 10.6)	
Residence pattern	Dormitory	117(66.9)	100(73.0)	217( 69.6)	5.603 (0.113)
	Lodging	5( 2.9)	1( 0.7)	64( 1.9)	
	Trace and home	53(30.3)	34(24.8)	87( 27.9)	
	Gositel	0( 0.0)	2( 1.5)	2( 0.6)	
Korean ability	None	40(22.9)	21(15.3)	61( 19.6)	7.713 (0.052)
	Level 1~2	25(14.3)	16(11.7)	41( 13.1)	
	Level 3~4	85(48.6)	65(47.4)	150( 48.1)	
	Level 5~6	25(14.3)	35(25.5)	60( 19.2)	
Purpose of coming to Korea	Korean language	27(15.4)	42(30.7)	69( 22.1)	11.378* (0.010)
	Diploma obtention	126(72.0)	79(57.7)	205( 65.7)	
	Korean popularity	4( 2.3)	5( 3.6)	9( 2.9)	
	Others	18(10.3)	11( 8.0)	29( 9.3)	
Total		175(49.7)	137(50.3)	312(100.0)	

\*  $p < 0.05$ .

과, 남학생은 155명(49.7%), 여학생은 157명(50.3%)으로 나타났다. 교육수준인 경우 대학생은 194명(62.2%), 어학원생은 82명(26.3%), 대학원생은 36명(11.5%)이었으며, 한국에서 거주기간은 1년 미만이 132명(42.3%), 3년 미만이 63명(20.2%), 2년 미만이 47명(15.1%), 4년 미만이 37명(11.9%), 4년 이상이 33명(10.6%) 순으로 나타났다. 한국에서 거주형태는 기숙사가 217명(69.6%), 자취·자택이 87명(27.9%), 하숙이 64명(1.9%), 고시텔이 2명(0.6%)순으로 나타났다. 한국어 능력은 급수 없음이 61명(19.6%), 1~2급이 41명(13.1%), 3~4급이 150명(48.1%), 5~6급이 60명(19.2%)이었다. 한국에 오게 된 계기는 학위취득이 205명(65.7%)으로 가장 많았고, 한국어 향상이 69명(22.1%), 기타 29명(9.3%), 한류관심이 9명(2.9%)의 순으로 나타났다. 남녀 중국인 유학생의 한국에서 거주기간과 한국에 오게 된 계기는 통계학적으로 유의한 차이가 나타난 반면( $p < 0.05$ ), 교육수준과 거주형태, 한국어 능력인 경우는 통계학적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다( $p > 0.05$ ).

## 2. 남녀 중국인 유학생의 건강관련 생활습관

Table 2는 남녀 중국인 유학생들의 건강관련 생활습관의

차이를 분석한 결과이다. Table 2에서 보는 바와 같이 음주인 경우 ‘마시지 않음’ 비율은 62.8%로 가장 높게 나타났으며, ‘주 1회’는 28.5%, ‘주 2~3회’는 5.4%, ‘매일’은 1.9%, ‘주 4~5회’는 1.3% 순으로 나타났다. ‘마시지 않음’인 경우 여학생 75.9%, 남학생 52.6%로 여학생이 남학생보다 높게 조사되었으며, ‘주 1회’, ‘주 2~3회’, ‘주 4~5회’, ‘매일’인 경우는 남학생은 각각 32.0, 9.7, 2.3, 3.4%이고, 여학생은 각각 24.1, 0.0, 0.0, 0.0%로 나타나 전체적으로 남학생이 여학생보다 술을 많이 마시는 것으로 나타났으며, 통계학적으로 유의한 차이가 나타났다( $p < 0.05$ ).

흡연인 경우 흡연자는 26.3%, 비흡연자는 73.7%로 나타나, 비흡연자가 높게 나타났다. 성별로 보면 흡연인 경우는 남학생이 40.6%로, 비흡연인 경우는 여학생이 92.0%로 높게 나타나, 성별에 따른 통계학적으로 유의한 차이가 나타났다( $p < 0.05$ ). 운동인 경우 ‘주 1회’는 31.7%로 가장 많았고, ‘주 2~3회’는 28.2%, ‘전혀 안함’은 20.5%, ‘매일’은 10.3%, ‘주 4~5회’는 9.3%로 나타났다. 남학생은 ‘주 2~3회’와 ‘주 1회’가 29.7%, 28.6%로 높게 나타난 반면, 여학생은 ‘주 1회’와 ‘운동안함’이 높게 나타나, 통계학적으로 유의한 차이가 나타났다( $p <$

Table 2. Difference of health relative life habits by Chinese students gender

(unit: person (%))

Variables	Specification	Gender		Total	$\chi^2$ ( <i>p</i> -value)
		Male	Female		
Alcohols drinking	Never	92(52.6)	104(75.9)	196(62.8)	29.488* (0.000)
	1 time/week	56(32.0)	33(24.1)	89(28.5)	
	2~3 times/week	17( 9.7)	0( 0.0)	17( 5.4)	
	4~5 times/week	4( 2.3)	0( 0.0)	4( 1.3)	
	Everyday	6( 3.4)	0( 0.0)	6( 1.9)	
Smoking	Yes	71(40.6)	11( 8.0)	82(26.3)	42.002* (0.000)
	No	104(59.4)	126(92.0)	132(73.7)	
Exercise	Not at all	26(14.9)	38(27.7)	64(20.5)	19.102* (0.001)
	1 time/week	50(28.6)	49(35.8)	99(31.7)	
	2~3 times/week	52(29.7)	36(26.3)	88(28.2)	
	4~5 times/week	24(13.7)	5( 3.6)	29( 9.3)	
	Everyday	23(13.1)	9( 6.6)	32(10.3)	
PC using time	Never	14( 8.0)	20(14.6)	34(10.9)	6.397 (0.269)
	<2 hours	51(29.7)	45(32.8)	96(30.8)	
	2~3.9 hours	53(30.3)	33(24.1)	86(27.6)	
	4~5.9 hours	29(16.6)	21(15.3)	50(16.0)	
	6~7.9 hours	16( 9.1)	7( 5.1)	23( 7.4)	
	≥8 hours	12( 6.9)	11( 8.0)	23( 7.4)	

\*  $p < 0.05$ .

0.05). 컴퓨터 사용시간은 '2시간 미만'이 30.8%, '2~4시간 미만'이 27.6%, '4~6시간 미만'이 16.0%, '전혀 사용하지 않음'이 10.9%, '6~8시간 미만'과 '8시간 이상'이 각각 7.4% 순으로 나타났으며, 성별에 따른 통계학적으로 유의한 차이는 나타나지 않았다( $p > 0.05$ ).

Zhang B(2013)의 연구에 의하면 중국인 유학생의 음주인 경우 남학생과 여학생 모두 '전혀 마시지 않음'이 74%로 나타났으며, 흡연인 경우 남학생은 '담배를 핀다' 32%, '담배를 피지 않는다' 68%로 나타났고, 여학생인 경우 모두 비흡연자로 나타났다. 또한 경기지역 중국인 유학생을 대상으로 음주 여부를 조사한 결과, 남학생과 여학생 모두 '마시지 않음' 67.0%, 82.4%로 나타나(Lu & Jang 2016), 본 연구 결과와 유사한 것으로 나타났다.

중국인 유학생의 운동인 경우 남학생은 '주 1~2회' 29%, '하지 않음' 29%, '주 3~4회' 18%, '매일' 15%, '주 5~6회' 9% 순으로 나타났고, 여학생은 '하지 않음' 48%, '주 1~2회' 34%, '매일' 9%, '주 3~4회' 6%, '주 5~6회' 3% 순으로 운동을 안 하는 비율이 높게 나타나, 본 연구 결과와는 다소 차이가 나타났다(Zhang B 2013). 또한, Yan WQ(2016)는 중국인 유학생을 대상으로 한 연구에서 컴퓨터 사용시간이 '4시간 이

상'하는 사람이 42.4%로 가장 많았고, 2~3시간 하는 사람이 40.3%, '1시간 미만' 하는 사람이 17.3%로 나타나, 본 연구결과와는 다소 차이를 나타냈다.

### 3. 남녀 중국인 유학생의 식습관 및 식행동

Table 3은 남녀 중국인 유학생들의 식습관의 차이를 분석한 결과이다. 중국인 유학생의 하루에 식사 횟수는 '2회'가 46.2%로 가장 많았고, '3회'가 28.5%, '불규칙'이 20.5%, '4회 이상'이 2.6%, '1회'가 2.2% 순으로 나타났다. 성별에 따라 남학생인 경우 하루에 2~3회가 가장 높게 나타난 반면, 여학생은 하루 2~3회뿐만 아니라, 불규칙적인 식사가 높게 나타나, 성별에 따른 식사횟수는 통계학적으로 유의한 차이가 나타났다( $p < 0.05$ ). Lee & Kwak(2006)의 연구 결과, 대학생은 하루 2끼만 섭취 비율이 높게 나타났으며, 여학생은 1끼만 섭취 비율이 높게 나타났다. 이는 여학생인 경우 체중을 줄이기 위해 결식하는 경우가 많기 때문으로 사료된다. 본 연구와 비슷한 결과를 보였다.

중국인 유학생의 외식 횟수는 '주 1~2회'는 40.7%, '주 3~4회'는 20.9%, '주 5~6회'는 13.0%, '매일'과 '거의 먹지 않음'은 12.7%의 순으로 나타났다. 남학생과 여학생은 '주 1~2회'와

**Table 3. Difference of dietary habits by Chinese students gender** (unit: person (%))

Variables	Specification	Gender		Total	$\chi^2$ ( <i>p</i> -value)
		Male	Female		
Meal frequency per day	1 time	2( 1.1)	5( 3.6)	7( 2.2)	9.712* (0.046)
	2 times	90(51.4)	54(39.4)	144(46.2)	
	3 times	49(28.0)	40(29.2)	89(28.5)	
	4 times	6( 3.4)	2( 1.5)	8( 2.6)	
	Irregular	28(16.0)	36(26.3)	64(20.5)	
Meal outside frequency	Rarely	30(17.1)	11( 8.0)	41(13.1)	7.166 (0.127)
	1~2 times/week	73(41.7)	54(39.4)	127(40.7)	
	3~4 times/week	31(17.7)	32(23.4)	63(20.2)	
	5~6 times/week	21(12.0)	20(14.6)	41(13.1)	
Breakfast	Everyday	20(11.4)	20(14.6)	40(12.8)	11.365* (0.023)
	Everyday	24(13.7)	38(27.7)	62(19.9)	
	3~4 times/week	37(21.1)	29(21.2)	66(21.2)	
	1~2 times/week	33(18.9)	20(14.6)	53(17.0)	
	Weekend Only	4( 2.3)	5( 3.6)	9( 2.9)	
Lunch	Never	77(44.0)	46(32.8)	122(39.1)	5.101* (0.024)
	Yes	126(72.0)	82(59.9)	208(66.7)	
Dinner	No	49(28.0)	55(40.1)	104(33.3)	9.823* (0.002)
	Yes	76(43.4)	36(26.3)	112(35.9)	
Snack frequency	No	99(56.6)	101(73.7)	200(64.1)	17.110* (0.000)
	1 time	151(86.3)	95(69.3)	246(78.8)	
	2~3 times	18(10.3)	36(28.5)	57(18.3)	
Midnight snack	$\geq 4$ times	6( 3.4)	3( 2.2)	9( 2.9)	11.390* (0.010)
	Everyday	14( 8.0)	2( 1.5)	16( 5.1)	
	3~4 times/week	17( 9.7)	7( 5.1)	24( 7.7)	
	1~2 times/week	70(40.0)	52(38.0)	122(39.1)	
	Never	74(42.3)	76(55.5)	150(48.1)	

\*  $p < 0.05$ .

‘주 3~4회’ 가장 높게 나타났으며, 성별에 따른 통계학적으로 유의한 차이는 나타나지 않았다( $p > 0.05$ ). Lu & Jang(2016)의 연구에서 중국인 유학생의 외식 횟수는 ‘주 1~2회’가 41.8%로 나타나, 본 연구와 비슷한 결과가 나타났다.

중국인 유학생의 아침식사는 ‘전혀 먹지 않음’ 39.1%, ‘주 3~4회’ 21.2%, ‘매일’ 19.9%, ‘주 1~2회’ 17.0%, ‘주말에만’ 2.9% 순으로 나타났다. 성별에 따른 ‘매일’인 경우 여학생은 27.7%, 남학생은 13.7%로 여학생이 남학생보다 높게 나타나, 통계학적으로 유의한 차이가 나타났다( $p < 0.05$ ).

중국인 유학생의 점심식사 여부 조사결과, 66.7%는 점심식사를 하고 있으며, 33.3%는 점심식사를 하지 않는 것으로 조사되었다. 성별에 따른 남학생 72.0%, 여학생 59.9%가 점

심식사를 하고 있는 것으로 나타났고, 남학생 28.0%, 여학생 40.1%가 하지 않는 것으로 나타나, 성별에 따른 통계학적으로 유의한 차이가 나타났다( $p < 0.05$ ).

중국인 유학생의 저녁식사 여부를 조사한 결과, 35.9%의 유학생은 저녁식사를 하고, 64.1%는 하지 않는 것으로 조사되었다. 성별에 따른 저녁식사를 하는 경우 남학생 43.4%, 여학생 26.3%로 남학생이 여학생보다 많이 응답한 반면에, 저녁식사를 하지 않는 경우 여학생 73.7%, 남학생 56.6%로 여학생이 남학생보다 높게 나타났으며, 통계학적으로 유의한 차이가 나타났다( $p < 0.05$ ).

중국인 유학생의 하루에 간식 횟수는 ‘1회’는 78.8%, ‘2~3회’는 18.3%, ‘4회 이상’은 2.9%의 순으로 나타났다. 성별에

따른 남학생은 ‘2~3회’ 10.3%인 반면, 여학생 28.5%로 여학생이 남학생보다 높게 나타났으며, 통계학적으로 유의한 차이가 나타났다( $p<0.05$ ). 중국인 유학생의 야식인 경우 ‘전혀 먹지 않음’ 48.1%, ‘주 1~2회’ 39.1%, ‘주 3~4회’ 7.7%, ‘매일’ 5.1% 순으로 나타났다. 성별에 따른 남학생과 여학생은 통계학적으로 유의한 차이가 나타났다( $p<0.05$ ).

#### 4. 남녀 중국인 유학생의 일반음료의 기호도 및 섭취양상

남녀 중국인 유학생의 일반음료 기호도를 조사한 결과는 Table 4와 같다. 전체적으로 물(생수) 4.11점, 우유 3.81점, 과일·야채주스 3.64점, 차 3.58점, 커피 3.25점, 탄산음료 3.22점, 기능성 음료 2.92점, 식초음료 2.38점 순으로 나타났다. 남학생인 경우 물, 차, 건강기능음료의 선호도가 높은 반면, 여학생은 과일·야채주스, 식초음료의 선호도가 높게 나타나, 통계학적으로 유의한 차이를 나타냈다( $p<0.05$ ). 음료의 기호도 조사는 시간이 변화함에 따라 선호하는 음료가 계속적으로 변화되고 있으며(Chang EH 2011), 과거에는 탄산음료

의 선호도가 매우 높게 나타난 반면에, 현재 또는 앞으로 구입할 음료에 대한 선호도에서 탄산음료가 아닌 로하스, 웰빙 등의 건강을 생각하는 우유, 차, 주스음료, 기능성음료 등으로 전환되고 있는 것을 볼 수 있다(Kim YH 2008). Jung 등 (2001)과 Park MR(1999)의 연구에서도 남학생이 여학생보다 탄산음료를 더 많이 선호한다고 조사되어 본 연구결과와 다소 차이를 보였다.

남녀 중국인 유학생의 일반음료에 대한 섭취실태는 Table 5와 같다. 전체적으로 물(생수) 4.95점, 우유 3.58점, 커피 3.03점, 탄산음료 2.92점, 과일·야채주스 2.91점, 차 2.63점, 기능성음료 2.07점, 식초음료 1.44점 순으로 나타났다. 남학생인 경우 물, 차, 탄산음료, 건강기능음료의 섭취가 높은 반면, 여학생은 과일·야채주스의 섭취가 높게 나타나 통계학적으로 유의한 차이를 나타냈다( $p<0.05$ ). 물의 섭취빈도는 조사된 음료에서 평균 섭취 빈도가 가장 높았는데, 이는 생수가 식수로 이용되기 때문인 것으로 보인다. 또한, 최근의 탄산음료 섭취 빈도가 줄어든 것은 예전에 비해 건강에 대한 인식이 높아졌

Table 4. The preference of general beverages by Chinese student gender

Variables	Gender <sup>1)</sup>		Total	T ( <i>p</i> -value)
	Male	Female		
Water	4.21±0.85	3.92±0.91	4.11±0.89	3.419*(0.001)
Coffee	3.27±0.92	3.23±1.03	3.25±0.97	0.316(0.753)
Tea	3.73±0.86	3.40±0.86	3.58±0.87	3.287*(0.001)
Carbonated drinks	3.23±0.96	3.20±0.98	3.22±0.96	0.219(0.827)
Fruit and vegetable juice	3.54±0.89	3.78±0.81	3.64±0.86	-2.518*(0.000)
Functional beverage	3.11±1.06	2.68±0.84	2.92±0.99	3.977*(0.000)
Vinegar drinks	2.26±1.00	2.52±0.89	2.38±0.96	-2.339*(0.020)
Milk	3.78±0.87	3.85±0.98	3.81±0.92	-0.661(0.509)

<sup>1)</sup> Mean±S.D., \*  $p<0.05$ .

Table 5. The intake frequency of general beverages by Chinese student gender

Variables	Gender <sup>1)</sup>		Total	T ( <i>p</i> -value)
	Male	Female		
Water	4.91±0.47	3.99±0.85	4.95±0.36	-2.128*(0.035)
Coffee	3.06±1.23	2.98±1.31	3.03±1.26	0.585(0.559)
Tea	2.81±1.28	2.40±1.14	2.63±1.24	2.932*(0.004)
Carbonated drinks	3.06±1.19	2.75±1.15	2.92±1.18	2.275*(0.024)
Fruit and vegetable juice	2.78±1.22	3.08±1.14	2.91±1.19	-2.199*(0.029)
Functional beverage	2.42±1.23	1.62±0.87	2.07±1.16	6.697*(0.000)
Vinegar drink	1.47±0.91	1.39±0.75	1.44±0.84	0.774(0.440)
Milk	3.51±1.17	3.68±1.16	3.58±1.17	-1.274(0.204)

<sup>1)</sup> Mean±S.D., \*  $p<0.05$ .

기 때문이라고 볼 수 있다(Lee JE 2009).

### 5. 중국인 유학생의 음료섭취 영향 요인

중국인 유학생의 일반음료 섭취에 영향 요인을 알아보고자 상관분석한 결과는 Table 6과 같다. 거주기간과 차 섭취와는 상관계수 값은 0.181로 통계학적으로 유의한 차이를 나타냈다( $p < 0.05$ ). 아침식사와 기능성 음료, 우유 섭취와의 상관계수 값은 각각 0.127, -0.121로 통계학적으로 유의한 차이를 나타내나( $p < 0.05$ ) 아침식사를 잘 할수록 기능성 음료 섭취가 높은 반면, 우유인 경우 부적 관계로 아침식사 대신 섭취하는 것으로 나타내었다. 간식 횟수와 탄산음료 섭취와의 상관계수 값은 0.192로 통계학적으로 유의한 차이를 나타내나( $p < 0.01$ ) 간식 횟수가 많을수록 탄산음료 섭취와의 관련성이 있는 것으로 나타났다. 야식 횟수와 탄산음료, 기능성 음료, 우유 섭취와의 상관계수의 값은 각각 0.267, -0.140, 0.141로 통계학적으로 유의한 차이를 나타냈으며( $p < 0.01$ ,  $p < 0.05$ ), 야식 횟수가 많을수록 탄산음료와 우유 섭취가 관련성이 있는 것으로 나타난 반면, 기능성 음료는 부적 관계를 나타내었다. 또한 식습관과 차, 과일야채주스 섭취와의 상관계수 값은 0.148, 0.191로 통계학적으로 유의한 차이를 나타내나( $p < 0.01$ ), 식습관이 좋을수록 차와 과일야채주스와 같은 건강을 생각하는 경향을 나타내었다. Park AR(2010)의 대학생을 대상으로 한 연구에서 간식 횟수와 외식 횟수가 많은 집단에서 탄산음료와 카페인 음료 섭취량이 높게 나타나, 식습관이 음료섭취량 및 선호하는 음료의 종류에 영향을 미치는 것으로 조사되어 본 연구결과와 유사한 결과를 보였다.

### 요약 및 결론

본 연구는 경기지역 남녀 중국인 유학생들의 식습관 및 건강생활습관, 음료의 기호도와 섭취실태를 조사하여 식습관을 중점으로 이에 영향을 미치는 요인을 규명함으로써 중국인

유학생들의 올바른 식습관을 형성하기 위한 기초 자료로 활용하고자 한다.

1. 남녀 중국인 유학생의 인구학적인 특성을 분석한 결과, 남학생은 155명(49.7%), 여학생은 157명(50.3%)으로 나타났으며, 성별에 따라 한국에서 거주기간과 한국에 오게 된 계기는 통계학적으로 유의한 차이가 나타난 반면( $p < 0.05$ ), 교육수준과 거주형태, 한국어 능력인 경우는 통계학적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다( $p > 0.05$ ).

2. 남녀 중국인 유학생들의 건강관련 생활습관의 차이를 분석한 결과, 성별에 따라 음주, 흡연, 운동은 통계학적으로 유의한 차이가 나타난 반면( $p < 0.05$ ), 컴퓨터 사용시간은 유의한 차이가 나타나지 않았다( $p > 0.05$ ). 또한 식습관의 차이를 분석한 결과, 성별에 따라 하루 식사횟수, 아침식사, 점심식사, 저녁식사, 간식횟수, 야식횟수는 통계학적으로 유의한 차이가 나타난 반면( $p < 0.05$ ), 외식 횟수는 유의한 차이가 나타나지 않았다( $p > 0.05$ ).

3. 남녀 중국인 유학생의 일반음료 기호도를 조사한 결과, 전체적으로 물(생수) 4.11점, 우유 3.81점, 과일·야채주스 3.64점, 차 3.58점, 커피 3.25점, 탄산음료 3.22점, 기능성음료 2.92점, 식초음료 2.38점 순으로 나타났다. 남학생인 경우 물, 차, 건강기능음료의 선호도가 높은 반면, 여학생은 과일·야채주스, 식초음료의 선호도가 높게 나타나, 통계학적으로 유의한 차이를 나타냈다( $p < 0.05$ ). 남녀 중국인 유학생의 일반음료에 대한 섭취실태는 전체적으로 물(생수) 4.95점, 우유 3.58점, 커피 3.03점, 탄산음료 2.92점, 과일·야채주스 2.91점, 차 2.63점, 기능성 음료 2.07점, 식초음료 1.44점 순으로 나타났다. 남학생인 경우 물, 차, 탄산음료, 건강기능음료의 섭취가 높은 반면, 여학생은 과일·야채주스의 섭취가 높게 나타나, 통계학적으로 유의한 차이를 나타냈다( $p < 0.05$ ).

4. 중국인 유학생의 일반음료 섭취에 영향을 미치는 요인을 상관 분석한 결과, 거주기간과 차 섭취, 아침식사와 기능성음료 및 우유 섭취, 간식 횟수와 탄산음료, 야식 횟수와 탄산음료 및 기능성 음료, 우유 섭취, 식습관과 차, 과일야채주

Table 6. Correlation analysis on beverage intake by Chinese student

	Water	Coffee	Tea	Carbonated drinks	Fruit & vegetable juice	Functional beverage	Vinegar drink	Milk
Residence period	-0.099	-0.052	0.181*	0.012	0.000	0.035	-0.091	-0.080
Meal frequency	0.040	-0.063	0.008	0.052	-0.077	0.127*	-0.046	-0.121*
Snack frequency	0.069	0.052	-0.034	0.192**	0.085	0.083	0.010	0.018
Midnight snake	0.052	-0.085	-0.058	0.267**	0.053	-0.140*	-0.014	0.141*
Dietary habits	0.062	0.098	0.148**	-0.110	0.191**	0.021	0.107	0.068

\*  $p < 0.05$ , \*\*  $p < 0.01$ .

스 섭취가 관련성이 있는 것으로 통계학적으로 유의한 차이를 나타내었다( $p < 0.01$ ,  $p < 0.05$ ).

## References

- Chang EH. 2011. A study on university students' dietary behavior · health - Related life style preference and intake frequency of drinks - The comparison between Korean university students and Chinese international students. MS Thesis, Chonbuk National Univ. Korea
- Chung SJ, Kim JH, Lee JS, Lee DH, Kim SH, Yu CH. 2004. A suggestion to develop a nutrition policy on food and nutrition labeling and education systems for fast food and carbonated soft drinks in Korea. *Korean J Nutri*, 37:394-405
- Jeon JA. 2010. A study on dietary behavior and gender difference analysis under drinking of University students in Seoul. MS Thesis, Konkuk Univ. Korea
- Jung BM, Oh ES, Choi SM, Cha YS. 2001. Survey of alcoholic and non-alcoholic beverage preference in college students of the Chonnam area. *Korean J Community Nutr* 6:290-296
- Kang, BS, Park MS, Cho YS, Lee JW. 2006. Beverage consumption and related factors among adolescents in the Chungnam urban area. *Korean J Community Nutrition* 11: 469-478
- Kim BR, Im YS. 1998. A study on the food habits of college students by body mass index. *Korea J Comm Nutr* 3:44-52
- Kim HM. 2009. Lifestyle, dietary habits, taste perception and consumption pattern of commercial drinks of the university students. MS Thesis, Daejin Univ. Korea
- Kim KH. 2004. A study on the dietary and the living habits of university freshman and undergraduate students. *Korean J Food Culture* 19:620-629
- Kim YH. 2008. A study of consumer's cognition and purchase behavior about beverage and beverage packing vessel, major in consumer economics and policy department of economics. MS Thesis, Sookmyung Women's Univ. Korea
- Ko MS. 2007. The comparison in daily intake of nutrients and dietary habits of college students in Busan. *Korean Journal of Community Nutrition* 2:259-271
- Korea Immigration Service. 2017. <https://www.immigration.go.kr/>
- Lee JE. 2009. Analysis of beverage consumption pattern and the related factors in middle school boys. MS Thesis, Hanyang Univ. Korea
- Lee MS, Kwak CS. 2006. The comparison in daily intake of nutrients, quality of diets and dietary habits between male and female college students in Daejeon. *The Korean Society of Community Nutrition* 11:39-51
- Li GT. 2013. The change of dietary environment and snacking habits of Chinese students in South Korea. MS Thesis, Gachon Univ. Korea
- Lu, Jang JS. 2016. A study of dietary habits, convenience foods recognition & intake on Chinese students in Korea. MS Thesis, Gachon Univ. Korea
- Park AR. 2010. Analysis of beverage intake condition and related factors of college students in Daegu and Gyeongbuk area. PMS Thesis, Kyungpook National Univ. Korea
- Park EK. 2008. A study on international migration of foreign students and their adaptation to local community - Focusing on Daegu/Gyeongbuk Area -. MS Thesis, Daegu Univ. Korea
- Park MR. 1999. A study on beverage consumption pattern and image of college students. MS Thesis, Sangju National Univ. Korea
- Powell LM, Szczypka G, Chaloupka FJ. 2007. Adolescent exposure to food advertising on television. *Am J Prev Med* 33:251-256
- Song KH. 1999. A study on food habits, beverage intake and body fat content in college students. Abstract of 1999 conference of the Korean Society of Community Nutrition. p. 112
- Song MJ, An EM, Shon HS, Kim SB, Cha YS. 2005. A study on the status of beverage consumption of the middle school students in Jeonju. *Korean J Community* 10:174-182
- Yan WQ. 2016. A study on the difference in the diet habit and the life style between the Chinese college students living in China and Korea, and the Korean college students. MS Thesis, Inha Univ. Korea
- Zhang B. 2013. A study on health-related lifestyle and basic physical fitness between Korean and Chinese international students in Korea. MS Thesis, Sunmoon Univ. Korea
- Zhu JF. 2012. Lifestyle changes and acculturative stress of Chinese international students living in Korea. MS Thesis, Chungang Univ. Korea

Received 08 March, 2018  
 Revised 24 March, 2018  
 Accepted 12 April, 2018