



중학생의 외식 실태에 대한 연구

- 2016년 청소년 식품소비행태조사 -

나예슬 · 전은례¹ · 정난희^{1,*}

전남대학교 교육대학원, ¹전남대학교 가정교육과, 생활과학연구소

Study on the Eating Out Behavior of Middle School Students

Ye-Seul Na, Eun-Raye Jeon¹, Lan-Hee Jung^{1,*}

Graduate School of Education, Chonnam National University

¹Department of Home Economics Education and Research Institute for Human Ecology, Chonnam National University

Abstract

This study examined the actual condition of middle school students' dining out based on the data of the 2016 youth food behavior inquiry data of the Korea Rural Economic Institute. The eating out behavior of 278 middle school students' according to gender, average eating-out cost per person, average monthly eating out cost per person, weekly frequency of breakfast, and dietary information source were calculated into a chi-square value by cross analysis. The main results of this study are as follows. First, in middle school students' eating-out status, most students answered 'eating out', and the highest frequency of eating out was 1~3 times a week. The reason for eating out was 'to enjoy delicious food', and 'costly price' was the most common reason for not eating out. Food taste was the most common standard for selecting eating out, and a restaurant was the most common place to eat out. The main restaurant was the 'snack bar (kimbap specialized store)'. Second, there was no significant difference in all items of eating-out status according to the gender. A significant difference in eating out frequency was observed according to average eating-out cost per once ($p < .001$), standard for selecting eating out ($p < .001$), main eating out places ($p < .001$), and main restaurants ($p < .01$). There was a significant difference in the frequency of eating out ($p < .001$) in the eating-out status according to average eating out cost per month. Third, the eating-out status according to the breakfast frequency of middle school students had a significant difference in the reason for eating out ($p < .001$). The eating-out status according to the dietary information source of middle school students had a significant difference in eating out or not ($p < .05$) and the frequency of eating out ($p < .05$). These results highlight the importance of school diet education so that middle school students can achieve healthy eating habits and plan to increase their interest and utilization of school dietary education.

Key Words: Eating out, behavior, middle school students

1. 서 론

청소년기의 바른 성장과 건강 유지를 위해서는 다양한 식품과 영양소를 균형적으로 섭취하는 것이 필요하며, 다량 영양소와 함께 비타민, 무기질 등 미량 영양소도 적절히 섭취해야 한다(Lee 2013). 하지만 현대사회로 들어서며 국민 소득이 증가함에 따라 생활양식이 변화되면서 식물성 식품을 주로 섭취하던 식생활에서 점차 육류, 유제품 등 동물성 식품의 섭취 증가, 식품산업, 식품 서비스 산업, 외식산업 등의 발달로 인해 가공식품의 소비가 증가하였다(Choi 2011).

청소년들의 음식 소비 실태를 살펴보면 해외 유명 브랜드

외식 업체의 국내 진출 및 패스트푸드 업계의 급속한 성장, 편의점 및 간이음식점의 성장 등으로 인해 과거와는 다른 음식 소비양상을 보이고 있다(Jo & Kim 2004). 우리나라 청소년들은 사춘기의 심리적 불안, 과중한 학업량, 조기 등교 등으로 인해 아침식사를 하지 못하거나 식사시간이 불규칙하여 올바른 식습관을 유지하거나 바른 식사행동을 하기 어려운 실정이다(Kim ES et al. 2005). 또한 오늘날의 청소년은 각종 마스크와 인터넷을 통한 여러 정보의 습득으로 인하여 성장기 식생활 형성에 외부 매체의 영향을 많이 받고 있다(Yun 2007). 최근 식생활과 건강에 대한 관심이 증가함에 따라 신문, 잡지 등의 인쇄매체뿐만 아니라 TV, 라디오

*Corresponding author: Lan-Hee Jung, Department of Home Economics Education and Research Institute for Human Ecology, Chonnam National University, 77 Yongbong-ro, Buk-gu, Gwangju 61186, Korea Tel: +82-62-530-2522 Fax: +82-62-530-2529 E-mail: lhjung@jnu.ac.kr

등의 방송매체, 인터넷 매체 등 여러 가지 대중매체에서 건강과 관련된 영양정보를 쉽게 접할 수 있게 되었다(Kim 2005). 그러나 이러한 급원들의 정보가 모두 옳은 것이 아니기 때문에 어떤 때는 잘못된 정보를 실생활에 활용하는 경우가 많다(Bae 2009). 학교 및 학원 등으로 인해 우리나라 청소년들에게 하루 한 끼 이상의 외식은 불가피하다(Bae 2006). 외식 의존도가 높아지고 패스트푸드 섭취가 급격하게 증가함에 따라 성장기 아동, 청소년의 열량 과잉과 영양 불균형을 초래하게 되었다(Choi 2008). 고열량, 저영양 식품의 섭취 등의 부적절한 식생활 형태뿐만 아니라 채소 섭취량과 섭취 빈도가 낮아졌다(Lee 2014). 청소년기에 확립된 식습관 및 영양불균형은 성인이 되어 바꾸기 매우 어려운 특성을 가지고 있다(Kim, 2016).

외식은 평소보다 많은 양의 식사와 열량, 지방, 나트륨이 과다하게 함유되어 과체중 및 비만을 일으킬 수 있다. 또한 인공향신료, 색소, 단순당의 섭취를 증가시키므로 심각한 영양불균형을 초래할 수 있다(Lee et al. 2011). 하지만, 많은 청소년들이 집 밖의 음식에 노출되어 있고, 기호 위주의 음식이나 또래 친구와의 사교적 모임에서 가공식품, 동물성 기름이 많은 음식, 짠 음식, 화학조미료를 넣은 음식 등을 섭취하고 있는 경우가 많다(Bae 2006). Park(2009)의 서울지역 일부 중고등학교의 아침식사 여부와 간식섭취 실태 관련성 연구에서 아침결식 후 배가 고플 때에는 ‘군것질을 한다’가 가장 높게 나타났고, 그 다음으로 ‘아무것도 먹지 않고 점심 때 까지 기다린다’로 나타났다. 아침식사를 하지 않고 등교한 후 공복감으로 인해 군것질을 하게 되면 포만감으로 인해 점심식사를 제대로 하지 않아 영양불량의 원인이 된다. 또한, 배가 고프는데도 참았다가 점심식사를 많이 먹을 경우 당질의 흡수량이 많아지고, 간에서 지방 합성이 증가되어 심혈관계 질환을 유발시킬 가능성이 있다(Oh 2008). 이러한 음식들 사이에서 청소년들이 스스로 영양소가 풍부하고 건강에 좋은 음식을 선택하고 있는지에 대해 파악하는 것은 매우 중요하다. 하지만, 외식 실태에 대한 선행 연구는 미흡한 실정이다.

따라서, 본 연구는 중학생의 외식 실태에 대해 조사하여 중학생들이 외식은 얼마나 자주 하는지, 외식 시 어떤 음식을 섭취하는지, 어떤 기준으로 외식 장소를 선택하는지 등에 대해 알아보고 이를 토대로 바른 외식 생활을 위한 식생활 교육의 기초자료를 제공하고자 한다.

II. 연구대상 및 방법

1. 조사대상 및 자료 수집

본 연구는 한국농촌경제연구원에서 실시한 청소년 식품소비행태조사(<http://foodsurvey.krei.re.kr/>)의 2016년 자료를 활용하였다. 청소년 식품소비행태조사는 식품구매행태, 식품 선호 변화, 식품정책에 대한 만족도 등을 파악하여 식품공급자

인 생산자의 경쟁력 제고와 식품수요자인 소비자의 만족도를 제고하기 위해 필요한 통계를 제공하는 것을 목적으로 하고 있다. 2016년 청소년 식품소비행태조사는 5월 16일~7월 29일까지 실시하였으며, 통계청의 집계구 및 KB 부동산의 신규아파트 DB를 활용하여 전 국민과 지역구를 대표할 수 있는 표본을 추출하여 대면 면접 조사(Face-to-Face Interview) 방법으로 식생활에 대한 소비자 인식, 식품구입 및 소비실태, 소비자 특성 평가, 외식소비행태, 식생활만족도평가 등의 조사에 참여할 수 있도록 하였다(Korea rural economic institute, 2016).

2. 조사 도구

중학생의 외식 실태는 청소년 식품행태조사의 자료 중에서 가족단위가 아닌 혼자 또는 친구동료지인들과 함께 하는 외식에 대한 자료를 이용하였다. 중학생의 외식 실태 문항은 외식 여부, 외식 빈도, 외식을 하는 이유, 외식을 하지 않는 이유, 외식을 할 때 가장 중요한 선택 기준, 주로 외식하는 장소, 식당에서 외식을 할 때 주로 식사하는 식당의 7문항이었다. 외식 여부는 ‘외식을 한다’와 ‘외식을 하지 않는다’로 분류한 청소년 식품소비행태조사의 원자료를 그대로 이용하였다. 외식 빈도는 외식여부에서 ‘외식을 한다’에 응답한 학생들을 대상으로 원자료에서 ‘매일’, ‘주 4-5회’, ‘주 2-3회’, ‘주 1회’, ‘2주일에 1회’, ‘1달에 1회’, ‘2~3달에 1회’, ‘1달 1회 미만’로 분류한 자료를 ‘주 4~5회’, ‘주 1~3회’, ‘2주일~1달 1회’, ‘1달 1회 미만’로 재분류하였다. 외식을 하는 이유는 원자료에서 ‘맛있는 음식을 즐기기 위해’, ‘근로, 학업 등으로 가정 내 식사가 어려워’, ‘식사 준비가 귀찮아서’, ‘특별한 날(축하, 사교 모임, 여행 등)’, ‘기타’로 분류한 문항 중 ‘기타’ 항목에 응답한 학생이 없어 ‘기타’를 제외하고 이용하였다. 외식을 하지 않는 이유는 ‘값비싼 가격’, ‘오랜 대기시간’, ‘맛이 없음’, ‘화학 조미료 사용’, ‘영양상 불균형’, ‘음식량이 많음’, ‘음식량이 적음’, ‘서비스 나쁨’, ‘위생문제’, ‘원료품질에 대해 확인이 어려움’, ‘기타’로 분류된 원자료를 ‘음식량이 많음’과 ‘음식량이 적음’은 합하여 ‘음식의 양’으로 재분류하였고, 응답률이 낮은 응답 항목을 제외하여, ‘값비싼 가격’, ‘맛이 없음’, ‘영양 불균형’, ‘음식의 양’, ‘기타’로 재분류 하였다. 외식을 할 때 가장 중요한 선택 기준은 ‘음식점의 청결도’, ‘가격 수준’, ‘서비스 정도’, ‘분위기’, ‘건강에 좋은 요리’, ‘음식의 맛’, ‘음식의 양’, ‘메뉴의 다양성’, ‘교통이 편리한 곳’, ‘예약의 용이함’, ‘부대시설(놀이시설, 주차 시설, 쇼핑 등)’로 분류된 원자료를 ‘음식점의 청결도’와 ‘분위기’ 응답 문항은 합하여 ‘청결도 및 분위기’로 재분류하였고, 응답률이 낮은 응답 항목을 제외하여, ‘청결도 및 분위기’, ‘가격’, ‘음식의 맛’, ‘음식의 양’, ‘메뉴의 다양성’, ‘기타’로 재분류 하였다. 외식을 할 때 주로 외식하는 장소는 ‘식당(음식점)’, ‘편의점’, ‘포장마차 등 길거리’, ‘학교 매점’, ‘기타’로 분류된 원자료를 그대로 이용하였다. 식당에서 외식을 할

때 주로 식사하는 식당은 ‘한식당(갈비, 삼겹살, 등심 등 고깃집 제외)’, ‘고깃집(쇠고기, 돼지고기, 갈비, 삼겹살 전문점)’, ‘치킨 전문점’, ‘패스트푸드점(피자, 햄버거, 샌드위치류)’, ‘분식점 및 김밥 전문점’, ‘횃집’, ‘일식요리 전문점(횃집 제외, 덮밥, 라멘, 돈까스, 일식카레 등)’, ‘중식당’, ‘뷔페’, ‘양식당(이탈리안, 프렌치, 패밀리 레스토랑 등)’, ‘이색외국요리(인도, 태국, 베트남, 터키 등) 전문점’, ‘기타’로 분류된 원자료 중 ‘치킨 전문점과, ‘패스트푸드점(피자, 햄버거, 샌드위치류)’ 항목을 합하여 ‘패스트푸드점(피자, 치킨, 햄버거, 샌드위치류)’으로 재분류하였고, ‘일식요리 전문점(횃집 제외, 덮밥, 라멘, 돈까스, 일식카레 등)’, ‘중식당’, ‘양식당(이탈리안, 프렌치, 패밀리 레스토랑 등)’, ‘이색외국요리(인도, 태국, 베트남, 터키 등) 전문점’을 합하여 ‘외국식당(일식당, 중식당, 양식당, 베트남 등)’으로 재분류하였다.

중학생의 외식비용은 1인당 1회 평균 외식비용, 1인당 월 평균 외식비용을 조사하였다. 청소년 식품소비행태조사의 설문지는 외식비용을 자유롭게 기술하도록 되어 있었는데 본 연구에서는 외식비용 문항을 재분류하여 이용하였다. 1인당 1회 평균 외식비용은 ‘5,000원 미만’, ‘5,000~10,000원 미만’, ‘10,000원 이상’으로 재분류하였고, 1인당 월 평균 외식비용은 ‘10,000원 미만’, ‘10,000원~20,000원 미만’, ‘20,000원~30,000원 미만’, ‘30,000원 이상’으로 재분류하였다.

중학생의 일주일 간 아침식사 빈도는 청소년 식품소비행태조사에서 일주일간의 아침, 점심, 저녁의 식사 실태를 조사한 원자료에서 아침식사 자료만 이용하였다. 원자료에서 ‘집에서 먹는 밥’, ‘집에서 만든 도시락’, ‘외식’, ‘배달’, ‘테이크아웃’, ‘식사하지 않음’으로 분류한 자료를 이용하여 아침식사 빈도를 ‘0회’, ‘1~3회’, ‘4~6회’, ‘7회’로 재분류하였다. 식생활 관련 정보원은 청소년 식품소비행태조사의 ‘판매자’, ‘주위 사람’, ‘포장지 표시나 문구’, ‘방송(TV, 라디오 등)’, ‘광고문구(전철, 신문, 잡지 등)’, ‘인터넷 블로그 또는 SNS(트위터, 페이스북 등)’, ‘정부기관 홈페이지’, ‘소비자단체 홈페이지나 행사(교육 등) 참가’, ‘학교’, ‘의학전문가(의사, 간호사 등)’, ‘교회 등 종교단체’, ‘건강관련 단체’, ‘식품전시회/박람회’, ‘기타’로 분류된 원자료를 ‘방송(TV, 라디오 등)’, ‘광고문구(전철, 신문, 잡지 등)’, ‘인터넷 블로그 또는 SNS(트위터, 페이스북 등)’의 항목을 합하여 ‘대중매체’로 재분류하였고, 응답률이 낮은 응답 문항을 제외하여, ‘학교’, ‘대중매체’, ‘주변사람’, ‘포장지 표시나 문구’, ‘기타’로 재분류하였다.

3. 자료 분석 방법

본 조사를 통해 얻어진 모든 자료는 SPSS (Statistics Package for the Social Science, Ver. 20.0 for Window) 통계 프로그램으로 분석하였다. 성별, 1인당 1회 평균 외식비용, 1인당 월 평균 외식비용, 일주일 간 아침식사 빈도, 식생활 정보원, 외식 실태는 빈도와 백분율을 산출하였고, 중학생의 성별에 따른 외식 실태, 중학생의 1인당 1회 평균 외

식비용에 따른 외식 실태, 중학생의 1인당 월 평균 외식비용에 따른 외식 실태, 중학생의 일주일 간 아침식사 빈도에 따른 외식 실태, 중학생의 식생활 정보원에 따른 외식 실태는 교차분석을 통해 χ^2 값을 산출하였다.

III. 결과 및 고찰

1. 조사 대상자의 특성

조사 대상자의 특성은 <Table 1>과 같다. 본 연구의 조사 대상은 2016년 청소년 식품소비행태조사에 참여한 학생 620명을 대상으로 조사되었는데 그 중 중학생의 자료를 분석하기 위해 중학생 278명의 자료를 이용하였고, 남학생은 138명(49.6%), 여학생은 140명(50.4%) 이었다.

2. 중학생의 식생활 변인

중학생의 식생활 변인은 <Table 2>와 같다. 중학생의 1인당 1회 평균 외식비용은 ‘5,000~10,000원 미만’이 114명

<Table 1> Gender composition of middle school students

Variable	N(%)
Male	138(49.6)
Female	140(50.4)
Total	278(100.0)

<Table 2> Eating out dietary variables of middle school students
N(%)

Variable	Category	N(%)
Average eating out cost per person (won)	Less than 5,000	76(35.0)
	Less than 5,000~10,000	114(52.5)
	10,000 or more	27(12.5)
	Total	217(100.0)
Average monthly eating out cost per person (won)	Less than 10,000	27(12.4)
	Less than 10,000~20,000	42(19.4)
	Less than 20,000~30,000	61(28.1)
	30,000 or more	87(40.1)
	Total	217(100.0)
Weekly frequency of breakfast (times)	0	6(2.2)
	1~3	20(7.2)
	4~6	102(36.6)
	7	150(54.0)
	Total	278(100.0)
Dietary information source	School	10(3.6)
	Mass media	106(38.1)
	Nearby people	137(49.3)
	Wrapping paper labels and phrases	24(8.6)
	Others	1(0.4)
	Total	278(100.0)

(52.5%)으로 가장 많았고, ‘5,000원 미만’ 76명(35.0%), ‘10,000원 이상’ 27명(12.5%)의 순으로 나타났다. 중학생의 1인당 월 평균 외식비용은 ‘30,000원 이상’ 87명(40.1%)으로 가장 많았고, ‘20,000~30,000원 미만’ 61명(28.1%), ‘10,000~20,000원 미만’ 42명(19.4%), ‘10,000원 미만’ 27명(12.4%)의 순으로 나타났다. 중학생의 일주일 간 아침식사 빈도는 ‘7회’가 150명(54.0%)으로 가장 많았고, ‘4~6회’ 102명(36.6%), ‘1~3회’ 20명(7.2%), ‘0회’ 6명(2.2%)의 순으로 나타났다. 중학생의 식생활 정보원은 ‘주변사람’이 137명(49.3%)으로 가장 많았고, ‘대중매체’ 106명(38.1%), ‘포장지 표시나 문구’ 24명(8.6%), ‘학교’ 10명(3.6%), ‘기타’ 1명(0.4%)의 순으로 나타났다.

3. 중학생의 외식 실태

중학생의 외식 실태는 <Table 3>과 같다. 외식 여부에 대해 ‘외식을 한다’ 217명(78.1%), ‘외식을 하지 않는다’ 61명(21.9%)으로 조사대상 중학생의 반 이상이 평소에 외식을 하였다. 중학생의 외식 빈도에 대해 ‘주 1~3회’가 124명(57.1%)으로 가장 많았고, ‘주 2회~1달 1회’ 70명(32.3%), ‘주 4~5회’ 13명(6.0%), ‘1달 1회 미만’ 10명(4.6%)의 순으로 나타났다. 중학생의 외식을 하는 이유는 ‘맛있는 음식을 즐기 기 위해’ 148명(68.3%), ‘근로, 학업 등으로 가정 내 식사가 어려워서’ 50명(23.0%), ‘식사 준비가 귀찮아서’ 10명(4.6%), ‘특별한 날(축하, 사교 모임, 여행 등)’ 9명(4.1%)의 순으로 나타났다. 중학생의 외식을 하지 않는 이유는 ‘값비싼 가격’

<Table 3> Eating out situation of middle school students

N(%)

Variable	Category	N(%)
Eating out (N=278)	Eating out	217(78.1)
	Not eating out	61(21.9)
Frequency of eating out (N=217)	4~5 times a week	13(6.0)
	1~3 times a week	124(57.1)
	1 time 2 weeks~a month	70(32.3)
	Less than once a month	10(4.6)
The reason for eating out (N=217)	To enjoy delicious food	148(68.3)
	Difficult to eat at home because of work or study	50(23.0)
	Annoying to prepare meals	10(4.6)
	A special day(celebrate, social life, gathering, travel etc.)	9(4.1)
The reason for not eating out (N=71)	Costly price	54(76.1)
	Tasteless	3(4.2)
	Nutritional imbalance	5(7.0)
	Amount of food	3(4.2)
	Etc.	6(8.5)
Standard for selecting eating out (N=217)	Cleanliness and atmosphere	29(13.4)
	Price	66(30.4)
	Food taste	98(45.2)
	Amount of food	9(4.1)
	Diversity of menu	9(4.1)
	Etc.	6(2.8)
Most common place to eating out (N=217)	A restaurant	103(47.5)
	Convenience store	68(31.3)
	Packing wagon street	23(10.6)
	School store	22(10.1)
	Etc.	1(0.5)
The main restaurant (N=103)	Korean restaurant	3(2.9)
	Meat restaurant (beef, pork, rib, pork belly specialty store)	6(5.8)
	Fast-food restaurant (pizza, chicken, hamburger, sandwich)	44(42.8)
	Snack bar (kimbap specialized store)	47(45.6)
	Foreign restaurant (japanese restaurant, chinese restaurant, western restaurant, vietnam etc.)	3(2.9)

54명(76.1%), ‘기타’ 6명(8.5%), ‘영양 불균형’ 5명(7.0%), ‘맛이 없음’ 3명(4.2%), ‘음식의 양’ 3명(4.2%)의 순으로 나타났다. 중학생의 외식을 할 때 가장 중요한 선택 기준은 ‘음식의 맛’ 98명(45.2%), ‘가격’ 66명(30.4%), ‘청결도 및 분위기’ 29명(13.4%), ‘음식의 양’ 9명(4.1%), ‘메뉴의 다양성’ 9명(4.1%), ‘기타’ 6명(2.8%)의 순으로 나타났다. 중학생의 외식을 할 때 주로 외식하는 장소에 대해 ‘식당(음식점)’ 103명(47.5%), ‘편의점’ 68명(31.3%), ‘포장마차 등 길거리’ 23명(10.6%), ‘학교 매점’ 22명(10.1%), ‘기타’ 1명(0.5%)의 순으로 나타났다. 초등학생의 외식 행태에 관한 연구(Baik 2003)에서도 가족외식 장소 선택 시 주 고려사항에 대한 빈도분석 결과 음식의 맛이 30.4%로 가장 높았고, Kim(2008)의 서울지역 일부 대학생들의 일반특성에 따른 외식행동 및 선호 메뉴 조사에서도 외식을 할 때 가장 중요하게 생각하는 것에 대해 맛, 기호도, 가격, 지인의 권유, 영양 순으로 나타났다고 하여 본 연구결과와 같은 경향을 보였다. 중학생의

식당에서 외식할 때 주로 이용하는 식당은 ‘분식점(김밥 전문점)’ 47명(45.6%), ‘패스트푸드점(피자, 치킨, 햄버거, 샌드위치류)’ 44명(42.8%), ‘고기집(쇠고기, 돼지고기, 갈비, 삼겹살 전문점)’ 6명(5.8%), ‘한식당’ 3명(2.9%), ‘외국식당(일식당, 중식당, 양식당, 베트남 등)’ 3명(2.9%)의 순으로 나타났다. Choi (2008)의 춘천시 중학생의 외식 행동에 관한 연구에서 친구들과 외식하는 장소 3곳을 고르는 질문에 대해 ‘분식’ 30.3%, ‘햄버거 치킨 전문점’ 24.1%, ‘피자 및 스파게티 전문점’ 23.4%, ‘닭갈비’ 10.6%, ‘고기집(쇠고기, 돼지고기, 갈비, 삼겹살 전문점)’ 4.1%, ‘기타’ 2.2%로 본 연구와 유사한 경향을 나타내었다.

4. 중학생의 성별에 따른 외식 실태

중학생의 성별에 따른 외식 실태는 <Table 4>와 같다. 외식 빈도, 외식하는 이유, 외식하지 않는 이유, 외식선택기준, 주요 외식장소, 주요 외식식당의 모든 항목에서 남학생과 여

<Table 4> Eating out situation according to the gender of middle school students

N(%)

Variable	Classification	Male	Female	Total	χ^2	p
Frequency of eating out	4-5 times a week	7(3.2)	6(2.8)	13(6.0)	0.220	0.924
	1~3 times a week	66(30.4)	58(26.7)	124(57.1)		
	1 time 2 weeks~a month	35(16.1)	35(16.1)	70(32.3)		
	Less than once a month	5(2.3)	5(2.3)	10(4.6)		
The reason for eating out	To enjoy delicious food	79(36.4)	69(31.8)	148(68.3)	0.815	0.846
	Difficult to eat at home	25(11.5)	25(11.5)	50(23.0)		
	Annoying to prepare meals	4(1.8)	6(2.8)	10(4.6)		
	A special day	5(2.3)	4(1.8)	9(4.1)		
The reason for not eating out	Costly price	20(28.2)	34(47.9)	54(76.1)	2.861	0.581
	Tasteless	2(2.8)	1(1.4)	3(4.2)		
	Nutritional imbalance	3(4.2)	2(2.8)	5(7.0)		
	Amount of food	2(2.8)	1(1.4)	3(4.2)		
	Etc.	3(4.2)	3(4.2)	6(8.5)		
Standard for selecting eating out	Cleanliness and atmosphere	13(6.0)	16(7.4)	29(13.4)	8.082	0.152
	Price	33(15.2)	33(15.2)	66(30.4)		
	Food taste	54(24.9)	44(20.3)	98(45.2)		
	Amount of food	8(3.7)	1(0.5)	9(4.1)		
	Diversity of menu	3(1.4)	6(2.8)	9(4.1)		
	Etc.	2(0.9)	4(1.8)	6(2.8)		
Main eating out places	Restaurant	60(27.6)	43(19.8)	103(47.5)	5.180	0.269
	Convenience store	33(15.2)	35(16.1)	68(31.3)		
	Street food	12(5.5)	11(5.1)	23(10.6)		
	School store	8(3.7)	14(6.5)	22(10.1)		
	Etc.	0(0)	1(0.5)	1(0.5)		
Main restaurants	Korean restaurant	3(2.9)	0(0)	3(2.9)	6.011	0.198
	Meat restaurant	2(1.9)	4(3.9)	6(5.8)		
	Fast-food restaurant	26(25.2)	18(17.5)	44(42.8)		
	Snack bar	26(25.2)	21(20.4)	47(45.6)		
	Foreign restaurant	3(2.9)	0(0)	3(2.9)		

학생 간에 유의한 차이가 나타나지 않았다. Choi(2008)의 춘천시 중학생의 외식 행동에 관한 연구에서도 친구 및 선배와 함께 외식을 하는 빈도는 남여 간에 유의한 차이가 나타났으나, 혼자 외식을 하는 빈도, 외식 음식 종류, 외식의 선택 기준, 친구들과의 외식 장소에서 남여 간 유의한 차이가 나타나지 않아 본 연구와 유사한 경향을 나타내었다. Kim & Yang(2010)의 여대생들의 외식소비 행동 및 만족도 분석 연구결과에서 외식 빈도의 경우 월 4회 이상이 79.6%로 가장 높았다고 보고하였다. 또한, Hwang(2009)의 중학생의 외식 이용실태와 외식 메뉴 영양표시에 대한 인식정도에서 외식 업체별 이용 빈도에 대해 남여 간의 유의한 차이가 나타나지 않아 본 연구와 비슷한 경향이였다.

5. 중학생의 1인당 1회 평균 외식비용에 따른 외식 실태

중학생의 1인당 1회 평균 외식비용에 따른 외식 실태는 <Table 5>와 같다. 중학생의 1인당 1회 평균 외식비용에 따른 외식 빈도(p<.001), 외식을 할 때 가장 중요한 선택 기준(p<.001), 주로 외식하는 장소(p<.001), 식당에서 외식을 할

때 주로 식사하는 식당(p<.01) 간에 유의한 차이가 나타났다. 중학생의 1인당 1회 평균 외식비용이 5,000원 미만인 경우 외식 빈도에서 ‘주 1~3회’ 48명(22.1%), ‘2주일~1달 1회’ 16명(7.4%), ‘주 4~5회’ 11명(5.1%), ‘1달 1회 미만’ 1명(0.5%)의 순으로 나타났다. 중학생의 1인당 1회 평균 외식비용이 5,000~10,000원 미만인 경우 ‘주 1~3회’ 66명(30.4%), ‘2주일~1달 1회’ 39명(18.0%), ‘1달 1회 미만’ 7명(3.2%), ‘주 4~5회’ 2명(0.9%)의 순으로 나타났다. 중학생의 1인당 1회 평균 외식비용이 10,000원 이상인 경우 ‘2주일~1달 1회’ 15명(6.9%), ‘주 1~3회’ 10명(4.6%), ‘1달 1회 미만’ 2명(0.9%), ‘주 4~5회’ 0명(0%)의 순으로 나타나 중학생의 1인당 1회 평균 외식비용에 따른 외식 빈도 간의 관계는 유의한 차이(p<.001)가 있는 것으로 나타났다. Baek(2010)의 울산지역 중학생의 생활습관, 식습관 및 간식섭취 실태에서 한달 평균 용돈을 많이 받을수록 간식 구입비용이 높아지고, 간식 섭취 횟수가 많아지는 것으로 나타나 본 연구와 비슷한 경향이였다. Kim & Yang(2010)의 여대생들의 외식소비 행동 및 만족도 분석 연구결과에서 외식 시 1회 지출비용은

<Table 5> Eating out situation according to average eating out cost per once

N(%)

Variable	Classification	Less than 5000won	Less than 5,000~10,000 won	10,000won or more	Total	χ^2	p
Frequency of eating out	4-5 times a week	11(5.1)	2(0.9)	0(0)	13(6.0)	27.028***	0.000
	1~3 times a week	48(22.1)	66(30.4)	10(4.6)	124(57.1)		
	1 time 2 weeks~a month	16(7.4)	39(18.0)	15(6.9)	70(32.3)		
	Less than once a month	1(0.5)	7(3.2)	2(0.9)	10(4.6)		
The reason for eating out	To enjoy delicious food	49(22.6)	78(35.9)	21(9.7)	148(68.3)	3.457	0.750
	Difficult to eat at home	20(9.2)	27(12.4)	3(1.4)	50(23.0)		
	Annoying to prepare meals	3(1.4)	5(2.3)	2(0.9)	10(4.6)		
	A special day	4(1.8)	4(1.8)	1(0.5)	9(4.1)		
Standard for selecting eating out	Cleanliness and atmosphere	10(4.6)	17(7.8)	2(0.9)	29(13.4)	32.182***	0.000
	Price	31(14.3)	27(12.4)	8(3.7)	66(30.4)		
	Food taste	25(11.5)	61(28.1)	12(5.5)	98(45.2)		
	Amount of food	1(0.5)	7(3.2)	1(0.5)	9(4.1)		
	Diversity of menu	8(3.7)	0(0)	1(0.5)	9(4.1)		
Main eating out places	Etc.	1(0.5)	2(0.9)	3(1.4)	6(2.8)	41.148***	0.000
	Restaurant	15(6.9)	68(31.3)	20(9.2)	103(47.5)		
	Convenience store	34(15.7)	30(13.8)	4(1.8)	68(31.3)		
	Street food	13(6.0)	8(3.7)	2(0.9)	23(10.6)		
	School store	14(6.5)	7(3.2)	1(0.5)	22(10.1)		
Main restaurants	Etc.	0(0)	1(0.5)	0(0)	1(0.5)	20.151**	0.10
	Korean restaurant	1(1.0)	2(1.9)	0(0)	3(2.9)		
	Meat restaurant	0(0)	2(1.9)	4(3.9)	6(5.8)		
	Fast-food restaurant	2(1.9)	32(31.1)	10(9.7)	44(42.8)		
	Snack bar	12(11.7)	30(29.1)	5(4.9)	47(45.6)		
Foreign restaurant	0(0)	2(1.9)	1(1.0)	3(2.9)			

p<.01, *p<.001

조사대상자의 63.8%가 10,000원 미만으로 지출을 하는 것으로 나타났다고 보고하여 중학생들과 차이가 있음을 알 수 있었다. 중학생의 1인당 1회 평균 외식비용이 5,000원 미만인 경우 외식을 할 때 가장 중요한 선택 기준에서 ‘가격’ 31명(14.3%), ‘음식의 맛’ 25명(11.5%), ‘청결도 및 분위기’ 10명(4.6%), ‘메뉴의 다양성’ 8명(3.7%), ‘음식의 양’ 1명(0.5%), ‘기타’ 1명(0.5%)의 순으로 나타났다. 중학생의 1인당 1회 평균 외식비용이 5,000~10,000원 미만인 경우 ‘음식의 맛’ 61명(28.1%), ‘가격’ 27명(12.4%), ‘청결도 및 분위기’ 17명(7.8%), ‘음식의 양’ 7명(3.2%), ‘기타’ 2명(0.9%), ‘메뉴의 다양성’ 0명(0%)의 순으로 나타났다. 중학생의 1인당 1회 평균 외식비용이 10,000원 이상인 경우 ‘음식의 맛’ 12명(5.5%), ‘가격’ 8명(3.7%), ‘기타’ 3명(1.4%), ‘청결도 및 분위기’ 2명(0.9%), ‘음식의 양’ 1명(0.5%), ‘메뉴의 다양성’ 1명(0.5%)의 순으로 나타나 중학생의 1인당 1회 평균 외식비용과 외식을 할 때 가장 중요한 선택 기준 간의 관계는 유의한 차이($p < .001$)가 있는 것으로 나타났다. Cho et al.(2010)의 초등학교 학생의 간식섭취실태에 관한 연구에서 용돈에 따른 간식 선택 시 고려사항에 대해 용돈 액수와 관계없이 모든 학생들의 간식 선택 고려사항으로 ‘맛’이 가장 높은 비율로 나타났으며, 용돈 액수와 간식 선택 시 고려사항 간에 유의한 차이가 나타나지 않아 본 연구와 다른 경향을 나타내었다.

중학생의 1인당 1회 평균 외식비용이 5,000원 미만인 경우 주로 외식하는 장소에 대해 ‘편의점’ 34명(15.7%), ‘식당(음식점)’ 15명(6.9%), ‘학교 매점’ 14명(6.5%), ‘포장마차 등 길거리(길거리음식)’ 13명(6.0%), ‘기타’ 0명(0%)의 순으로 나타났다. 중학생의 1인당 1회 평균 외식비용이 5,000~10,000원 미만인 경우 ‘식당(음식점)’ 68명(31.3%), ‘편의점’ 30명(13.8%), ‘포장마차 등 길거리(길거리음식)’ 8명(3.7%), ‘학교 매점’ 7명(3.2%), ‘기타’ 1명(0.5%)의 순으로 나타났다. 중학생의 1인당 1회 평균 외식비용이 10,000원 이상인 경우 ‘식당(음식점)’ 20명(9.2%), ‘편의점’ 4명(1.8%), ‘포장마차 등 길거리(길거리음식)’ 2명(0.9%), ‘학교 매점’ 1명(0.5%), ‘기타’ 0명(0%)의 순으로 나타나 중학생의 1인당 1회 평균 외식비용과 주로 어디에서 식사를 하는지 간의 관계는 유의한 차이($p < .001$)가 있는 것으로 나타났다. Yu(2015)의 울산시 일부 중학생 식습관과 간식섭취 실태에 관한 연구에서 간식 구매 장소로 용돈과 관계없이 모두 ‘마트’에서 간식을 구매하는 비율이 가장 높았고, 그 다음으로 ‘분식점’에서 간식을 구매하는 비율이 높았다. 용돈과 간식 구매 장소 간에 유의한 차이가 나타나지 않아 본 연구와 다른 경향을 나타내었다.

중학생의 1인당 1회 평균 외식비용이 5,000원 미만인 경우 식당에서 외식을 할 때 주로 식사하는 식당에서 ‘분식점(김밥전문점)’ 12명(11.7%), ‘패스트푸드점(치킨, 피자, 햄버거, 샌드위치류)’ 2명(1.9%), ‘한식당’ 1명(1.0%), ‘고기집(쇠고기, 돼지고기, 갈비, 삼겹살 전문점)’ 0명(0%), ‘외국식당(일식당, 중식당, 인도, 베트남 등)’ 0명(0%)의 순으로 나타났다.

중학생의 1인당 1회 평균 외식비용이 5,000~10,000원 미만인 경우 ‘패스트푸드점(치킨, 피자, 햄버거, 샌드위치류)’ 32명(31.1%), ‘분식점(김밥전문점)’ 30명(29.1%), ‘한식당’ 2명(1.9%), ‘고기집(쇠고기, 돼지고기, 갈비, 삼겹살 전문점)’ 2명(1.9%), ‘외국식당(일식당, 중식당, 양식당, 베트남 등)’ 2명(1.9%)의 순으로 나타났다. 중학생의 1인당 1회 평균 외식비용이 10,000원 이상인 경우 ‘패스트푸드점(피자, 치킨, 햄버거, 샌드위치류)’ 10명(9.7%), ‘분식점(김밥전문점)’ 5명(4.9%), ‘고기집(쇠고기, 돼지고기, 갈비, 삼겹살 전문점)’ 4명(3.9%), ‘외국식당(일식당, 중식당, 양식당, 베트남 등)’ 1명(1.0%), ‘한식당’ 0명(0%)의 순으로 나타나 중학생의 1인당 1회 평균 외식비용과 식당에서 외식할 때 주로 식사하는 식당 간에 유의한 차이($p < .01$)가 나타났다. Baek(2010)의 울산 지역 중학생의 생활습관, 식습관 및 간식섭취 실태에서 간식 구입비와 샌드위치, 햄버거, 피자, 치킨, 라면류, 떡볶이, 순대, 어묵 섭취 간 유의한 차이가 있는 것으로 나타나 본 연구와 비슷한 경향을 나타내었다.

6. 중학생의 1인당 월 평균 외식비용에 따른 외식 실태

중학생의 1인당 월 평균 외식비용에 따른 외식 실태는 <Table 6>과 같다. 중학생의 1인당 월 평균 외식비용에 따른 외식 빈도 간에 유의한 차이($p < .001$)가 나타났다. 중학생의 1인당 월 평균 외식비용이 10,000원 미만인 경우 외식 빈도에 대해 ‘2주일~1달 1회’ 16명(7.4%), ‘주 1~3회’ 5명(2.3%), ‘1달 1회 미만’ 4명(1.8%), ‘주 4~5회’ 2명(0.9%)의 순으로 나타났다. 중학생의 1인당 월 평균 외식비용이 10,000원~20,000원 미만인 경우 ‘주 1~3회’ 23명(10.6%), ‘2주일~1달 1회’ 15명(6.9%), ‘1달 1회 미만’ 3명(1.4%), ‘주 4~5회’ 1명(0.5%)의 순으로 나타났다. 중학생의 1인당 월 평균 외식비용이 20,000원~30,000원 미만인 경우 ‘주 1~3회’ 36명(16.6%), ‘2주일~1달 1회’가 21명(9.7%), ‘주 4~5회’ 2명(0.9%), ‘1달 1회 미만’ 2명(0.9%)의 순으로 나타났다. 중학생의 1인당 월 평균 외식비용이 30,000원 이상인 경우 ‘주 1~3회’ 60명(27.6%), ‘2주일~1달 1회’ 18명(8.3%), ‘주 4~5회’ 8명(3.7%), ‘1달 1회 미만’ 1명(0.5%)의 순으로 나타나 중학생의 1인당 월 평균 외식비용과 외식 빈도 간의 관계는 유의한 차이($p < .001$)가 있는 것으로 나타났다. Kim(2015)의 대구지역 중학생의 식품구매실태 및 식품구매태도에 영향을 미치는 환경 요인 연구에서 용돈 금액에 따른 식품 구매 빈도를 살펴보면 용돈 금액이 10,000원 미만인 학생은 식품 구매 빈도가 ‘1주일에 1회 정도’, ‘2주일에 1회 이하’, ‘2~3일에 1회 정도’, ‘매일 1~2회’, ‘매일 3회 이상’의 순으로 나타났고, 10,000~30,000원 미만인 학생은 ‘2~3일에 1회 정도’, ‘1주일에 1회 정도’, ‘2주일에 1회 이하’, ‘매일 1~2회’, ‘매일 3회 이상’의 순으로 나타났고, 용돈 금액에 따라 식품 구매 빈도 간의 유의한 차이가 나타나 본 연구와 비슷한 경향을 나타내었다.

<Table 6> Eating out situation according to average eating out cost per month

N(%)

Variable	Classification	Less than 10,000won	Less than 10,000~20,000won	Less than 20,000~30,000won	30,000won or more	Total	χ^2	p
Frequency of eating out	4-5 times a week	2(0.9)	1(0.5)	2(0.9)	8(3.7)	13(6.0)	31.638***	0.000
	1~3 times a week	5(2.3)	23(10.6)	36(16.6)	60(27.6)	124(57.1)		
	1 time 2 weeks~a month	16(7.4)	15(6.9)	21(9.7)	18(8.3)	70(32.3)		
	Less than once a month	4(1.8)	3(1.4)	2(0.9)	1(0.5)	10(4.6)		
The reason for eating out	To enjoy delicious food	22(10.1)	29(13.4)	42(19.4)	55(25.3)	148(68.3)	13.361	0.147
	Difficult to eat at home	5(2.3)	8(3.7)	13(6.0)	24(11.1)	50(23.0)		
	Annoying to prepare meals	0(0)	1(0.5)	2(0.9)	7(3.2)	10(4.6)		
	A special day	0(0)	4(1.8)	4(1.8)	1(0.5)	9(4.1)		
Standard for selecting eating out	Cleanliness and atmosphere	5(2.3)	5(2.3)	11(5.1)	8(3.7)	29(13.4)	16.120	0.374
	Price	6(2.8)	16(7.4)	16(7.4)	28(12.9)	66(30.4)		
	Food taste	15(6.9)	16(7.4)	31(14.3)	36(16.6)	98(45.2)		
	Amount of food	1(0.5)	1(0.5)	2(0.9)	5(2.3)	9(4.1)		
	Diversity of menu	0(0)	3(1.4)	1(0.5)	5(2.3)	9(4.1)		
	Etc.	0(0)	1(0.5)	0(0)	5(2.3)	6(2.8)		
Main eating out places	Restaurant	9(4.1)	20(9.2)	31(14.3)	43(19.8)	103(47.5)	12.592	0.399
	Convenience store	11(5.1)	10(4.6)	23(10.6)	24(11.1)	68(31.3)		
	Street food	4(1.8)	4(1.8)	5(2.3)	10(4.6)	23(10.6)		
	School store	3(1.4)	8(3.7)	2(0.9)	9(4.1)	22(10.1)		
	Etc.	0(0)	0(0)	0(0)	1(0.5)	1(0.5)		
Main restaurants	Korean restaurant	0(0)	0(0)	0(0)	3(2.9)	3(2.9)	8.681	0.730
	Meat restaurant	0(0)	1(1.0)	3(2.9)	2(1.9)	6(5.8)		
	Fast-food restaurant	5(4.9)	10(9.7)	12(11.7)	17(16.5)	44(42.8)		
	Snack bar	4(3.9)	9(8.7)	14(13.6)	20(19.4)	47(45.6)		
	Foreign restaurant	0(0)	0(0)	2(1.9)	1(1.0)	3(2.9)		

***p<.001

7. 중학생의 아침식사 빈도에 따른 외식 실태

중학생의 아침식사 빈도에 따른 외식 실태는 <Table 7>과 같다. 중학생의 아침식사 빈도에 따라 외식을 하는 이유에서 유의한 차이(p<.001)가 나타났다. 중학생의 일주일 간 아침식사 빈도가 0회인 경우 외식을 하는 이유에 대해 ‘특별한 날(축하, 사교 모임, 여행 등)’ 2명(0.9%), ‘맛있는 음식을 즐기기 위해’ 1명(0.5%), ‘근로, 학업 등으로 가정 내 식사가 어려워’ 1명(0.5%), ‘식사 준비가 귀찮아서’ 0명(0%)의 순으로 나타났다. 중학생의 일주일 간 아침식사 빈도가 1~3회인 경우 ‘맛있는 음식을 즐기기 위해’ 12명(5.5%), ‘특별한 날(축하, 사교 모임, 여행 등)’ 3명(1.4%), ‘근로, 학업 등으로 가정 내 식사가 어려워’ 2명(0.9%), ‘식사준비가 귀찮아서’ 1명(0.5%)의 순으로 나타났다. 중학생의 일주일 간 아침식사 빈도가 4~6회인 경우 ‘맛있는 음식을 즐기기 위해’ 57명(26.3%), ‘근로, 학업 등으로 가정 내 식사가 어려워’ 22명(10.1%), ‘식사 준비가 귀찮아서’ 5명(2.3%), ‘특별한 날(축하, 사교 모임, 여행 등)’ 1명(0.5%)의 순으로 나타났다. 중학생의 일주일 간 아침식사 빈도가 7회인 경우 ‘맛있는 음

식을 즐기기 위해’ 78명(35.9%), ‘근로, 학업 등으로 가정 내 식사가 어려워’ 25명(11.5%), ‘식사 준비가 귀찮아서’ 4명(1.8%), ‘특별한 날(축하, 사교 모임, 여행 등)’ 3명(1.4%)의 순으로 나타났다. 아침식사 빈도에 따른 외식 실태조사 연구는 이루어지지 않아, Yu(2015)의 울산시 일부 중학생 식습관과 간식섭취 실태에 관한 연구를 살펴보면 아침식사 유무에 따른 간식 섭취 이유로 아침식사 유무와 관계없이 ‘맛있어서’의 비율이 가장 높게 나타났고, 그 다음 이유로 ‘배가 고파서’가 높게 나타났다. 이에 따라, 아침식사 유무와 간식 섭취 이유 간의 유의한 차이가 나타나지 않아 본 연구와 다른 경향을 나타내었다.

8. 중학생의 식생활 정보원에 따른 외식 실태

중학생의 식생활 정보원에 따른 외식 실태는 <Table 8>과 같다. 중학생의 식생활 정보원에 따른 외식 여부(p<.01), 외식 빈도(p<.01) 간에 유의한 차이가 나타났다. 중학생의 식생활 정보원이 학교인 경우 외식 여부에 대해 ‘외식을 한다’ 5명(1.8%), ‘외식을 하지 않는다’ 5명(1.8%)으로 나타났다.

<Table 7> Eating out situation according to the breakfast frequency of middle school students

N(%)

Variable	Classification	0 time	1~3 times	4~6 times	7 times	Total	χ^2	p
Frequency of eating out	4-5 times a week	0(0)	1(0.5)	6(2.8)	6(2.8)	13(6.0)	9.852	0.435
	1~3 times a week	2(0.9)	6(2.8)	53(24.4)	63(29.0)	124(57.1)		
	1 time 2 weeks~a month	2(0.9)	9(4.1)	25(11.5)	34(15.7)	70(32.3)		
	Less than once a month	0(0)	2(0.9)	1(0.5)	7(3.2)	10(4.6)		
The reason for eating out	To enjoy delicious food	1(0.5)	12(5.5)	57(26.3)	78(35.9)	148(68.3)	32.824***	0.000
	Difficult to eat at home	1(0.5)	2(0.9)	22(10.1)	25(11.5)	50(23.0)		
	Annoying to prepare meals	0(0)	1(0.5)	5(2.3)	4(1.8)	10(4.6)		
	A special day	2(0.9)	3(1.4)	1(0.5)	3(1.4)	9(4.1)		
The reason for not eating out	Costly price	2(2.8)	3(4.2)	14(19.7)	35(49.3)	54(76.1)	4.512	0.972
	Tasteless	0(0)	0(0)	1(1.4)	2(2.8)	3(4.2)		
	Nutritional imbalance	0(0)	0(0)	1(1.4)	4(5.6)	5(7.0)		
	Amount of food	0(0)	0(0)	0(0)	3(4.2)	3(4.2)		
	Etc.	0(0)	1(1.4)	2(2.8)	3(4.2)	6(8.5)		
Standard for selecting eating out	Cleanliness and atmosphere	0(0)	6(2.8)	8(3.7)	15(6.9)	29(13.4)	17.203	0.307
	Price	1(0.5)	3(1.4)	27(12.4)	35(16.1)	66(30.4)		
	Food taste	3(1.4)	6(2.8)	37(17.1)	52(24.0)	98(45.2)		
	Amount of food	0(0)	1(0.5)	7(3.2)	1(0.5)	9(4.1)		
	Diversity of menu	0(0)	1(0.5)	4(1.8)	4(1.8)	9(4.1)		
	Etc.	0(0)	1(0.5)	2(0.9)	3(1.4)	6(2.8)		
Main eating out places	Restaurant	2(0.9)	9(4.1)	37(17.1)	55(25.3)	103(47.5)	7.611	0.815
	Convenience store	1(0.5)	4(1.8)	31(14.3)	32(14.7)	68(31.3)		
	Street food	0(0)	4(1.8)	7(3.2)	12(5.5)	23(10.6)		
	School store	1(0.5)	1(0.5)	10(4.6)	10(4.6)	22(10.1)		
	Etc.	0(0)	0(0)	0(0)	1(0.5)	1(0.5)		
Main restaurants	Korean restaurant	0(0)	1(1.0)	0(0)	2(1.9)	3(2.9)	14.108	0.294
	Meat restaurant	0(0)	2(1.9)	0(0)	4(3.9)	6(5.8)		
	Fast-food restaurant	1(1.0)	3(2.9)	18(17.5)	22(21.4)	44(42.8)		
	Snack bar	1(1.0)	2(1.9)	18(17.5)	26(25.2)	47(45.6)		
	Foreign restaurant	0(0)	1(1.0)	1(1.0)	1(1.0)	3(2.9)		

***p<.001

중학생의 식생활 정보원이 대중매체인 경우 ‘외식을 한다’ 89명(32.0%), ‘외식을 하지 않는다’ 17명(6.1%)의 순으로 나타났다. 중학생의 식생활 정보원이 주변사람인 경우 ‘외식을 한다’ 100명(36.0%), ‘외식을 하지 않는다’ 37명(13.3%)의 순으로 나타났다. 중학생의 식생활 정보원이 포장지 표시나 문구인 경우 ‘외식을 한다’ 22명(7.9%), ‘외식을 하지 않는다’ 2명(0.7%)의 순으로 나타났다. 중학생의 식생활 정보원이 기타인 경우 ‘외식을 한다’ 1명(0.4%)으로 나타나 식생활 교육과 외식 여부 간의 관계는 유의한 차이(p<.01)가 있는 것으로 나타났다.

중학생의 식생활 정보원이 학교인 경우 외식 빈도에 대해 ‘주 1~3회’ 2명(0.9%), ‘2주일~1달 1회’ 2명(0.9%), ‘주 4~5회’ 1명(0.5%), ‘1달 1회 미만’ 0명(0%)의 순으로 나타났다. 중학생의 식생활 정보원이 대중매체인 경우 외식 빈도에 대해 ‘주 1~3회’ 56명(25.8%), ‘2주일~1달 1회’ 22명(10.1%),

‘주 4~5회’ 8명(3.7%), ‘1달 1회 미만’ 3명(1.4%)의 순으로 나타났다. 중학생의 식생활 정보원이 주변사람인 경우 외식 빈도에 대해 ‘주 1~3회’ 53명(24.4%), ‘2주일~1달 1회’ 39명(18.0%), ‘주 2~3회’ 17명(7.8%), ‘1달 1회 미만’ 5명(2.3%), ‘주 4~5회’ 3명(1.4%)의 순으로 나타났다. 중학생의 식생활 정보원이 포장지 표시나 문구인 경우 외식 빈도에 대해 ‘주 1~3회’ 13명(6.0%), ‘2주일~1달 1회’ 7명(3.2%), ‘1달 1회 미만’ 2명(0.9%), ‘주 4~5회’ 0명(0%)의 순으로 나타났다. 중학생의 식생활 정보원이 기타인 경우 외식 빈도에 대해 ‘주 4~5회’ 1명(0.5%)으로 나타나 식생활 교육과 외식 빈도 간의 관계는 유의한 차이(p<.01)가 있는 것으로 나타났다. Park(2003)의 기술가정 식생활 단원의 교육 전후 중학생들의 영양 지식 및 식행동 비교에서 식생활 교육 전 영양 지식 경로에 대해 부모님, 친척, 친구 등 42.2%, 학교 수업 41.3%, 인터넷 10.0%, 신문, TV, 라디오 3.7%, 영양에 관한

<Table 8> Eating out situation according to the dietary information source of middle school students

N(%)

Variable	Classification	School	Mass media	Nearby people	Wrapping paper labels and phrases	Etc.	Total	χ^2	p
Eating out or not	Eating out	5(1.8)	89(32.0)	100(36.0)	22(7.9)	1(0.4)	217(78.1)	11.682*	0.20
	Not eating out	5(1.8)	17(6.1)	37(13.3)	2(0.7)	0(0)	61(21.9)		
Frequency of eating out	4-5 times a week	1(0.5)	8(3.7)	3(1.4)	0(0)	1(0.5)	13(6.0)	27.159*	0.012
	1~3 times a week	2(0.9)	56(25.8)	53(24.4)	13(6.0)	0(0)	124(57.1)		
	1 time 2 weeks~a month	2(0.9)	22(10.1)	39(18.0)	7(3.2)	0(0)	70(32.3)		
	Less than once a month	0(0)	3(1.4)	5(2.3)	2(0.9)	0(0)	10(4.6)		
The reason for eating out	To enjoy delicious food	2(0.9)	63(29.0)	69(31.8)	14(6.5)	0(0)	148(68.3)	10.837	0.543
	Difficult to eat at home	2(0.9)	20(9.2)	20(9.2)	7(3.2)	1(0.5)	50(23.0)		
	Annoying to prepare meals	1(0.5)	3(1.4)	5(2.3)	1(0.5)	0(0)	10(4.6)		
	A special day	0(0)	3(1.4)	6(2.8)	0(0)	0(0)	9(4.1)		
The reason for not eating out	Costly price	4(5.6)	15(21.1)	32(45.1)	3(4.2)	0(0)	54(76.1)	13.149	0.358
	Tasteless	0(0)	1(1.4)	1(1.4)	1(1.4)	0(0)	3(4.2)		
	Nutritional imbalance	1(1.4)	2(2.8)	2(2.8)	0(0)	0(0)	5(7.0)		
	Amount of food	0(0)	2(2.8)	1(1.4)	0(0)	0(0)	3(4.2)		
	Etc.	0(0)	0(0)	6(8.5)	0(0)	0(0)	6(8.5)		
Standard for selecting eating out	Cleanliness and atmosphere	0(0)	8(3.7)	17(7.8)	4(1.8)	0(0)	29(13.4)	21.240	0.383
	Price	2(0.9)	23(10.6)	35(16.1)	5(2.3)	1(0.5)	66(30.4)		
	Food taste	1(0.5)	44(20.3)	42(19.4)	11(5.1)	0(0)	98(45.2)		
	Amount of food	1(0.5)	4(1.8)	3(1.4)	1(0.5)	0(0)	9(4.1)		
	Diversity of menu	1(0.5)	6(2.8)	2(0.9)	0(0)	0(0)	9(4.1)		
	Etc.	0(0)	4(1.8)	1(0.5)	1(0.5)	0(0)	6(2.8)		
Main eating out places	Restaurant	0(0)	45(20.7)	50(23.0)	8(3.7)	0(0)	103(47.5)	24.466	0.080
	Convenience store	2(0.9)	24(11.1)	30(13.8)	12(5.5)	0(0)	68(31.3)		
	Street food	1(0.5)	11(5.1)	10(4.6)	1(0.5)	0(0)	23(10.6)		
	School store	2(0.9)	9(4.1)	9(4.1)	1(0.5)	1(0.5)	22(10.1)		
	Etc.	0(0)	0(0)	1(0.5)	0(0)	0(0)	1(0.5)		
Main restaurants	Korean restaurant	0(0)	2(1.9)	1(1.0)	0(0)	0(0)	3(2.9)	13.396	0.672
	Meat restaurant	0(0)	2(1.9)	4(3.9)	0(0)	0(0)	6(5.8)		
	Fast-food restaurant	0(0)	21(20.4)	20(19.4)	3(2.9)	0(0)	44(42.8)		
	Snack bar	0(0)	20(19.4)	22(21.4)	5(4.9)	0(0)	47(45.6)		
	Foreign restaurant	0(0)	0(0)	3(2.9)	0(0)	0(0)	3(2.9)		

*p<.05

책이나 잡지 2.8%로 나타났다. Park(2003)은 식생활 교육 전 학교수업을 통해 영양 지식을 얻는다는 학생들도 많았지만 부모님, 친척, 친구 등에게 영양정보를 가장 많이 얻는 것으로 나타나서 본 연구에서 주변사람에게 식생활 정보를 가장 많이 얻는 것과 비슷하였다. 식생활 교육 전 학생들의 간식 섭취 빈도에 대해 간식을 섭취하는 학생이 간식을 섭취하지 않은 학생보다 절반 이상의 비율을 보여 본 연구의 외식 여부에서 '외식을 한다'의 비율이 더 높은 것과 비슷한 경향을 나타내었다. Cho(2011)는 영양교육 후 간식섭취 횟수와 패스트푸드 선호도가 감소한 점도 본 연구와 비슷한 경향이였다. 또한, 간식 섭취 빈도에서 '주 1~2회' 44.0%, '하루 1회

이상' 23.8%, '가끔 먹는다' 19.1%, '주 3~4회' 13.0%, '전혀 먹지 않는다' 0.2%의 순으로 나타나 본 연구의 식생활 교육에 따른 외식 빈도와는 다른 경향을 나타내었다(Park 2003).

IV. 요약 및 결론

본 연구는 한국농촌경제연구원의 2016년 청소년식품행태 조사 자료를 바탕으로 중학생의 외식 실태를 파악하여, 식생활 교육에 대한 기초자료를 제공하고자 하였다. 중학생 278명을 대상으로, 성별, 1인당 평균 외식비용, 1인당 월 평균

외식비용, 일주일 간 아침식사 빈도, 식생활 정보원, 외식 실태에 대해 빈도와 백분율을 산출하였고, 중학생의 성별에 따른 외식 실태, 중학생의 1인당 1회 평균 외식비용에 따른 외식 실태, 중학생의 1인당 월 평균 외식비용에 따른 외식 실태, 중학생의 일주일 간 아침식사 빈도에 따른 외식 실태, 중학생의 식생활 정보원에 따른 외식 실태는 교차분석을 통해 카이제곱 값을 산출하였다.

본 연구의 주요 결과를 요약하면 다음과 같다. 첫째, 중학생의 1인당 1회 평균 외식비용은 ‘5,000~10,000원 미만’이 가장 많았고, 중학생의 1인당 월 평균 외식비용은 ‘30,000원 이상’이 가장 많았고, 중학생의 일주일 간 아침식사 빈도는 ‘7회’가 가장 많았고, 중학생의 식생활 정보원은 ‘주변사람’이 가장 많았다. 둘째, 중학생의 외식 실태는 대부분의 학생들이 ‘외식을 한다’고 응답하였고, 외식 빈도는 ‘주 1회’가 가장 많았다. 외식하는 이유는 ‘맛있는 음식을 즐기기 위해’가 가장 많았고, 외식하지 않는 이유로 ‘값비싼 가격’이 가장 많았다. 외식 선택 기준으로 ‘음식의 맛’이 가장 많았고, 주요 외식 장소에 대해 ‘식당(음식점)’이 가장 많았다. 주요 외식 식당은 ‘분식점(김밥 전문점)’이 가장 많았다. 셋째, 중학생의 1인당 1회 평균 외식비용에 따라서는 외식 빈도($p < .001$), 외식 선택 기준($p < .001$), 주요 외식 장소($p < .001$), 주요 외식 식당($p < .01$)에서 유의한 차이가 나타났다. 중학생의 1인당 1회 평균 외식비용이 낮아질수록 외식 빈도 증가, 가격 중요, 편의점 이용, 분식점을 이용하는 반면, 높아질수록 외식 빈도 감소, 맛 중요, 식당 이용, 패스트푸드점을 이용하였다. 중학생의 1인당 월 평균 외식비용은 낮아질수록 외식을 자주 하지 않았고, 높아질수록 외식을 자주하는 것으로 나타나 유의한 차이($p < .001$)를 보였다. 넷째, 아침식사 빈도에 따라서 외식하는 이유가 아침식사를 적게 할수록 특별한 날을 위해, 아침식사를 자주 할수록 맛있는 음식을 위해 외식을 하는 경향이 나타나 유의한 차이($p < .001$)를 보였다. 외식을 하는 중학생들은 주변사람, 대중매체, 포장지 표시나 문구로부터 식생활정보를 얻는 반면, 외식을 하지 않는 중학생들은 주변사람, 대중매체, 학교에서 식생활 정보를 얻었다고 하여 외식 여부($p < .05$)에서 유의한 차이를 보였고, 중학생의 식생활 정보에 따른 외식 빈도에서는 외식을 자주할수록 대중매체에서 식생활정보를 얻는 반면, 중학생의 외식 빈도가 줄어들수록 주변사람으로부터 식생활정보를 얻었다고 하여 빈도에서도 유의한 차이($p < .05$)가 나타났다.

이와 같은 결과를 바탕으로 중학생의 올바른 건강한 외식 생활을 위한 결론을 내리고자 하였다. 첫째, 대부분의 중학생들이 외식 메뉴와 외식 장소를 선택할 때 맛을 중요하게 생각하였다. 음식을 선택할 때 음식의 맛도 중요하지만 영양소가 얼마나 다양하게 함유되어 있는지에 대해 고려하는 것도 음식메뉴를 선택할 때 매우 중요하다는 것을 교육할 필요가 있다. 둘째, 중학생들이 부모님이나 보호자에게 용돈을 받아 한정된 용돈으로 외식을 해야 하므로 저렴한 음

식점에서 맛있는 음식을 즐기기 위해 편의점, 분식점, 패스트푸드점 등을 이용한다. 학생들이 편의점, 분식점 등 식사를 위해 자주 이용하는 외식장소에서 다양한 영양소를 골고루 섭취할 수 있는 식품을 선택, 소비할 수 있도록 교육할 필요가 있다. 셋째, 중학생의 아침식사 빈도에 따라 외식을 하는 이유에서 유의한 차이가 나타났는데, 이유와 상관없이 아침식사를 매일 먹어야 하는 이유에 대해 교육할 필요가 있다. 넷째, 중학생들에게 중학생의 식생활 정보원에 따른 외식 여부, 외식 빈도에서 유의한 차이가 나타났는데, 올바른 식생활정보를 얻을 수 있는 다양한 방법을 알려주는 교육이 필요하다.

따라서 중학생들이 건강한 식생활을 할 수 있도록 학교 식생활 교육의 중요성에 대해 설명하고, 학교 식생활 교육의 흥미도와 활용도를 더욱 높일 수 있는 방안을 마련하여 중학생들이 학교 식생활 교육을 중요하고 흥미롭게 생각하며 실생활에서 활용할 수 있도록 도와주어야 한다.

Conflict of Interest

No potential conflict of interest relevant to this article was reported.

References

- Bae EY. 2006. The Influence of Fast food on Food Culture and Development of Computer-assisted Nutrition Education program for Teenager. MS Thesis Changwon National University, Changwon, Korea
- Bae JH. 2009. Impacts of Mass Media Information on Nutrition on the Nutrition Knowledge and Dietary Behavior of Adolescents. MS Thesis. Konkuk University, Seoul, Korea
- Baek NS. 2010. Life Style, Food Habits and Snack Intake Behaviors of Middle School Students in Ulsan. MS Thesis University of Ulsan, Ulsan, Korea
- Baik YK, Kim KH, Byun HK. 2003. A study on dining-out consumption behaviors of elementary school students in seoul. Journal of tourism sciences society of Korea, 5(2):95-118
- Cho EA, Lee SK, Heo GJ.(2010). Snack Consumption Behaviors and Nutrition Knowledge among Elementary School Students in Siheung-si. Journal of community nutrition. 15(2):169-179
- Cho EH. 2011. Comparison of knowledge on nutrition and dietary habits before and after nutrition education based on adolescent dietary guideline, MS Thesis University of Dankook, Korea
- Choi HR. 2011. A Survey of the Realities of After-school Dining-out Activity of Some Middle and High School Students in

- Seoul. MS Thesis Konkuk University, Seoul, Korea.
- Choi YS. 2008. A Study on Dining-out Behaviors of Middle School Students in Chuncheon Area. MS Thesis Kangwon National University, Chuncheon, Korea
- Hwang HH. 2009. A Study on the Status of Eating out Consumption and Menu Nutrition Labeling Perception in Restaurant of the Middle School Students. MS Thesis University of Ulsan, Ulsan, Korea
- Jo HY, Kim SA. 2004. Junior High and Senior High School Students from Different Regions=A Study on the Eating Out Behavior Patterns of Youth. *J. Korean Soc. Food Cult.*, 19(3): 336-347
- Kim ES, Koh MS, Jung LH. 2005. A Study on the Recognition and Utilization on Food and Nutrition Section of Middle School Students. *Journal of Korean Home Economics Education Association*, 17(3):53-70
- Kim HJ. 2015. Studies on the current status of food purchasing and environmental factors influencing food purchasing attitudes of the middle school students in Daegu area. MS Thesis Graduate School of Education, Kyungpook National University, Daegu, Korea
- Kim MJ. 2008. A survey of dining-out behaviors and menu preferences of university students in the seoul area. *Korean J. Food Cookery sci.*, 24(4):525-535
- Kim SW. 2016. The effect of nutrition education on the dietary intake behavior and nutrition knowledge of adolescent, MS Thesis Graduate School of Education, Hanyang University, Seoul, Korea
- Kim SJ. 2005. Analysis of viewing behaviors and needs for health information program on television. MS Thesis Ewha Womans University, Seoul, Korea.
- Kim YJ, Yang SJ. 2010. Analysis of Food Consumption Behavior and Satisfaction of Female College Students. The Social Science Research Institute Sangmyung University, Seoul, 23(1):1-26
- Lee KO, Cho EJ. 2013. Comparison of consumption of processed food and personality of middle school students on nutrition education. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 42(10): 1600-1607
- Lee YS, Lim, HS, Ahn HS, Chang, NS. 2011. Nutrition through the life cycle. Gyomoon publishers. Paju, Korea
- Lee YK, Kim Y. 2014. The differences in preference for vegetables among primary school to university students in gyeongbuk area, *Korean J Community Nutr* 19(5):415-424
- Oh YJ. 2008. A Study on the Factors of Dietary Life Related to Breakfast in High School Students. MS Thesis Yeungnam University, Gyeongsan, Korea
- Park KM. 2009. Studies on the Relationship between Adolescents Eating behaviors for Breakfast and Snack in Seoul. MS Thesis Konkuk University, Seoul, Korea
- Park IY. 2003. A comparison of middle school students' knowledge of nutrition and eating behaviors before and after studying the unite of eating habits in 「Technical studieshome economics」. MS Thesis Dongguk University, Seoul, Korea
- Yu SM. 2015. A Study on Eating Habits and Snake Intake of Some Middle School Students in Ulsan Area. MS Thesis Kyungnam University, Changwon, Korea.
- Yun YR. 2007. Effects of Nutrition Education through Discretionary Activities in Middle School. MS Thesis Honam University, Gwangju, Korea
- Korea rural economic institute. 2016. Youth food behavior inquiry. <http://foodsurvey.krei.re.kr/>

Received November 30, 2018; revised May 27, 2019; accepted June 5, 2019