



부산광역시 외국인 유학생의 거주기간에 따른 한국 식생활 적응 및 교내급식 만족도 조사

홍경희 · 이현숙*
동서대학교 식품영양학과

A Study on the Adaptation to Korean Food and Satisfaction with University Foodservice by Residence Period of International Students in Busan

Kyung Hee Hong, Hyun Sook Lee*

Department of Food Science and Nutrition, Dongseo University, Korea

Abstract

This study was conducted to investigate the dietary adaptation and use of the university foodservice (UF) in Korea according to the residence period of foreign students. The average length of residence in Korea of the subjects was 8.2 months. The period of residence was divided into quartiles: 1-4 months in the first quartile (average 2.2 months), 5-7 months in the second quartile (average 6.3 months), 8 months in the third quartile, and 9-66 months in the fourth quartile (average 18.3 months). The regularity of meals tended to be the highest in the 1st quartile and lowest in the 2nd quartile and then increased in the 3rd and 4th quartiles. The frequency of consumption of delivery food and convenience store food was lowest in the first quartile and highest in the second quartile and then decreased with the period of residence. The frequency of night eating increased according to the period of residence after the second quartile. The degree of adaptation to Korean foods was highest in the first quartile. The use of the university cafeteria was significantly higher in the 1st and 4th quartiles than in the 2nd and 3rd quartiles ($p < 0.05$, $p < 0.01$, respectively). The satisfaction with the UF decreased as the residence period increased. Based on these results, since international students are very positive and try to adapt to the dietary life in Korea in their early years of studying in Korea, it would be desirable to intensively support them to adjust to their dietary life at this time. In addition, since it takes about 18 months or more to assimilate the Korean food culture and show positive changes, it is necessary to continuously operate the Korean food culture adaptation program for international students over this period.

Key Words : International student, residence period, dietary behavior, adaptation, korean food

1. 서 론

교육 시장의 개방화 속에서 국내 대학의 외국인 유학생은 양적인 증가와 더불어 출신국가도 아시아권 국가 일변도에서 유럽, 미국, 아프리카 등으로 다변화 양상을 보이고 있다(Korean Ministry of Education 2018). 대학에서는 유학생의 다문화 추세에 발맞추어 그들의 필요를 이해하고 관리하는 노력이 필요하며(Oh & Lee 2018) 정부 차원에서도 고등교육의 국제화와 유학생의 질적 개선을 위한 정책적 노력이 필요한 때이다(Lee & Lee 2019).

유학생은 모국과는 다른 환경의 변화에 노출되며, 이 과정에서 대인관계를 비롯하여 경제, 언어, 생활, 식습관 문제 등

으로 적응 스트레스를 경험하게 된다(Baik 2011; Baik 2013). 특히 식생활은 유학 생활 중 적응이 가장 어려운 부분으로 지적된다(Lim 2009; Jin 2016). 건강한 유학생활을 유지하기 위해서는 새로운 식문화에 적응하고 건전한 식습관이 형성되어야 하나, 국내 외국인 유학생들은 유학 후 결식 및 불규칙한 식사, 잦은 야식 및 외식, 편식, 음주 증가 등의 문제를 보이며 식습관이 바람직하지 않게 변하는 것으로 보고되었다(Dong 2014; Gao 2014; Xi 2017).

재한 외국인 유학생의 현지 문화, 사회정서, 대인관계 등에 대한 적응(Kim 2018) 및 유학 생활의 긴장감과 학업 스트레스, 생활불편감, 사회적 지지기반 등에 대한 적응 수준(Feng 2015)이 거주기간에 따라 차이가 있는 것으로 나타났

*Corresponding author: Hyun Sook Lee, Division of Food Science and Nutrition, Dongseo University, 47 Jurye-ro, Sassang-gu, Busan 617-716, Korea
Tel: +82-51-320-1794 Fax: +82-51-320-1781 E-mail: hyunlee@dongseo.ac.kr

다. 이것은 식생활에서도 마찬가지로, 유학 후 기간이 경과함에 따라 식생활 양상이 달라지는 것으로 보고되었는데, 그 결과는 일률적이지 않다. 즉 거주기간이 짧은 유학생이 더 규칙적이고 건전한 식생활을 하였으며(Song & Kim 2015), 거주기간이 긴 유학생에서 결식률과 음주가 증가하고 채소·과일 섭취가 감소하는 등 식생활이 비건전화되는 경향을 보인다는 보고(Zhu 2012)가 있는 반면, 유학생의 거주기간이 길어질수록 건강식생활 실천도가 향상된다는 결과(Feng 2015)도 있다. 한편, 유학 초기에 높았던 식사의 규칙성이 기간 경과에 따라 낮아졌다가, 이후 거주기간이 길어지면서 다시 향상되었다는 보고도 있다(Haining 2018).

이렇듯 거주기간은 유학생의 식생활에 영향을 미칠 수 있고 거주기간에 따라 또 다른 어려움에 직면할 수 있으므로 거주기간별로 유학생들의 식행동 양상과 한국에서의 식생활 적응도 및 문제점을 파악하여 이에 대한 대처방안을 모색할 필요가 있다.

현재 제한 외국인 유학생의 거주기간에 따른 식생활 변화를 보고한 선행연구들은 그 대상이 중국인 또는 일본인 유학생으로 제한적이어서 다양한 문화권의 유학생을 대표하기에 제한점이 있다. 따라서 본 연구는 다양한 문화권에서 온 외국인 유학생을 대상으로 식습관 및 식사 빈도, 식생활 적응도, 교내급식 이용 및 외식·직접 취사 빈도, 식생활 정보 출처 및 함께 식사하는 대상, 교내급식의 이용행태 등을 조사하고 거주기간별로 비교 분석함으로써 한국에서의 적응과 건전한 식생활을 도모할 수 있는 실용적인 지원방안 도출을 위한 기초자료를 제공하고자 하였다.

II. 연구 내용 및 방법

1. 조사 대상 및 기간

본 연구는 부산 소재의 특정 대학에 재학 중인 외국인 유학생을 대상으로 2017년 4월 17일부터 6월 10일까지 설문 조사를 실시하였다. 설문조사의 절차 및 방법에 대해 동서대학교 윤리위원회의 승인과 연구대상자의 동의를 받아 진행되었다(IRB No. 1041493-201703-HR-001-01). 설문지는 조사대상자의 직접 기입법에 의해 조사하였으며, 650명의 조사자료 중 부실 응답을 제외한 총 596부(91.7%)의 설문지를 분석 자료로 사용하였다.

2. 조사 내용 및 방법

설문지는 선행연구(Jung & Jeon 2011; Ryu et al. 2014; Yun et al. 2015; Hong 2017)에서 사용된 설문 문항들을 기초로 하여 본 연구 목적에 맞게 수정·보완 후 개발되었다. 한국어로 작성된 설문지를 3가지 언어(영어, 중국어, 베트남어)로 각 이중 언어자가 번역하였고, 번역한 설문지를 각 언어별로 소속대학에 재직하고 있는 이중 언어자 교수를 통해 감수 받았다. 본 조사에 앞서 권역별(중국, 동남아시아, 중앙아

시아, 유럽 등) 유학생과 유학생 담당 부서 교직원들을 대상으로 예비조사를 실시한 후 수정·보완한 설문지를 사용하였다.

1) 일반사항

대상자의 일반사항은 거주기간, 성별, 국적, 거주형태, 종교, 자각 건강상태, 한 달 생활비 및 식비, 유학 후 체중변화를 조사하는 것으로 구성하였다.

2) 식행동

대상자의 유학 후 전반적인 식행동 현황을 파악하기 위하여 식습관과 식사 빈도에 대해 조사하였다. 식습관은 편식 여부, 식사를 하는 주된 이유, 식사 시 포만감 정도, 문제 식습관, 식사를 거르는 이유, 한 끼 식비에 대하여 보기를 제시하여 응답하도록 하였다. 식사 빈도는 식사 빈도는 하루 3끼 식사, 각 끼니별 식사, 야식, 배달음식, 편의점 음식의 섭취 빈도에 대하여 ‘매일’, ‘주 5-6회’, ‘주 3-4회’, ‘주 1-2회’, ‘거의 안함’으로 빈도를 나누어 보기를 제시하여 응답하도록 하였다.

3) 한국에서의 식생활 적응도

한국음식에 대한 적응도는 8문항(한국에 유학 후 식생활이 만족스럽다, 한국에 유학 후 한국음식 먹는 것에 익숙하다, 한국음식을 좋아한다, 된장·고추장·간장 등 한국 장류 음식을 좋아한다, 김치 냄새가 좋다, 마늘·고추·겨자 등의 강한 양념 맛을 좋아한다, (상추)쌈, 해산물 등의 익히지 않은 음식에 익숙하다, 새로운 한국음식을 경험하는 것을 좋아한다)으로 구성하였다. 각 문항에 대하여 ‘전혀 아니다’부터 ‘매우 그렇다’까지 5점 리커트 척도로 평가하였다.

4) 교내식당 이용 및 외식, 취사 빈도

대상자의 교내식당 이용률 및 외식, 취사 실태 파악을 위하여 각 끼니별 교내식당 이용, 학교 밖 외식, 직접 조리하는 빈도에 대하여 ‘매일’, ‘주 5-6회’, ‘주 3-4회’, ‘주 1-2회’, ‘거의 안 함’으로 빈도를 나누어 보기를 제시하여 응답하도록 하였다.

5) 식생활 정보 출처 및 식사 시 동행자

대상자의 한국에서의 식생활 정보 출처와 각 끼니별 식사 시 동행자에 대하여 보기를 제시하여 응답하도록 하였다.

6) 교내급식 이용행태

대상자의 교내급식 이용행태를 조사하기 위해 교내급식 만족도, 교내급식의 식생활 기여도를 조사하였고 교내급식을 이용하지 않는다면 그 이유에 대해 보기를 제시하여 응답하도록 하였다. 대상자의 교내급식 개선에 관한 의견을 조사하기 위해 교내급식에서 많이 남기는 음식의 종류와 이유, 교내급식에 원하는 개선 사항에 대해 보기를 제시하여 응답하도록 하였다.

3. 자료 분석

모든 자료 처리 및 분석은 SPSS win 20.0을 사용하였다. 조사 항목별 분포 비율에 대한 비교는 빈도와 백분율을 구하고, 조사대상자의 거주기간별로 χ^2 -test를 이용하여 유의성을 검증하였다. 한 달 생활비, 한 달 식비, 유학 후 체중변화, 한국에서의 식생활 적응도 관련 문항에 대하여 평균과 표준편차를 구하였으며, 거주기간에 따른 평균들 간 차이의 유의성 분석은 One-way ANOVA에 의해 실시하였다. ANOVA 후 사후검정으로 Duncan's multiple range test를 실시하여 평균값의 차이를 검증하였다.

III. 결과 및 고찰

1. 일반사항

한국 거주기간에 따른 조사대상자의 일반사항은 <Table 1>에 나타내었다. 조사대상자의 평균 한국 거주기간은 8.2개월이었고, 거주기간을 4분위로 나누어 비교하였다. 분위별 거주기간은 1분위는 1-4개월(평균 2.2개월), 2분위 5-7개월(평균 6.3개월), 3분위 8개월, 4분위 9-66개월(평균 18.3개월)이었다. 거주기간에 따라 국적, 성별, 종교, 한 달 생활비 및 한 달 식비, 유학 후 체중변화는 유의한 차이가 있었다. 국적은 유학생 구성 비율에 따라 중국, 베트남, 중앙아시아, 베트남 외 동남아시아, 기타(미국, 유럽, 아프리카) 등 5개로 분류하였는데, 1분위는 베트남 유학생 비율이 높았고, 2분위는 중국 유학생 비율이 높았다($p<0.001$). 남학생 비율은 1분위와 4분위에서 높았고($p<0.001$), 4분위에 이슬람교 비율이 높았다($p<0.001$). 평균 한 달 생활비는 2분위가 69.8만원으로 가장 높았고, 1분위, 4분위가 각각 56.0만원, 58.6만원으로 낮았으며($p<0.01$), 평균 한 달 식비는 2분위(42.1만원)와 3분위(37.1만원)에서 높았고, 1분위가 30.1만원으로 낮았다($p<0.01$). 유학 후 평균 체중변화는 1분위가 -2.82 kg, 2분위가 -0.95 kg, 3분위가 0.19 kg, 4분위가 1.53 kg으로서 1분위에서 체중감소가 컸고 3분위부터는 체중이 조금씩 증가하는 경향을 보였다. 중국 유학생을 대상으로 한 연구에서도 유학 초기에 체중이 감소하고 거주기간이 길어질수록 체중이 증가하는 경향을 보여 본 연구 결과와 유사하였다(Zhu 2012). 이러한 결과는 거주기간이 증가함에 따라 한국에서의 식생활에 차츰 적응한 결과일 수도 있으나, 한편으로는 유학 후 불규칙한 식사와 잦은 음주 및 야식, 패스트푸드의 섭취 등 식생활의 비건전화 양상으로 인한 체중증가일 수도 있다(Zhu 2012; Gao 2014; Xi 2017). 조사대상자가 자각하는 건강상태는 거주기간에 따른 차이가 없었는데, 국내 중국 유학생을 대상으로 한 연구(Jang et al. 2010)에서도 자각하는 건강상태는 거주기간에 따라 유의한 차이가 없었고, 미국에서 유학하는 외국인 유학생을 대상으로 한 연구(Ogunsanya et al. 2018)에서도 거주기간은 자가 판단한 신체적 건강이나 정신 건강과 유의적인 상관성이 없는 것으로 나타나 본 연구 결과와 유사하였다.

2. 식행동

한국에서의 식습관을 거주기간별로 비교한 결과를 <Table 2>에 나타내었다. 식사를 하는 주된 이유는 거주기간 별로 유의한 차이가 있었는데, '공복감 해소'가 주된 이유인 비율이 1분위 31.7%, 2분위 33.9%, 3분위 36.8%, 4분위 48.6%로 거주기간이 길어질수록 증가하는 경향을 보였고, '식사 자체의 즐거움'을 주된 이유로 꼽은 비율은 2분위(28.5%) 이후로 거주기간 증가에 따라 감소하여 4분위에는 9.9%에 불과했다($p<0.05$). 유학 기간이 길어짐에 따라 많은 유학생들이 식사에서 즐거움을 느끼지 못하는 것으로 나타났는데, 이는 유학 중반부가 되면서는 문화 적응 수준이 낮아지면서 유학 초기의 새로운 식문화에 대한 호기심이 점차 사라지고 익숙하지 않은 한국의 식생활에 적응하지 못하기 때문으로 생각된다(Lysgaard 1995). 조사대상자의 한 끼 식비를 조사한 결과, 2분위와 3분위는 5천-1만 원 구간이 각각 47.7%, 52.0%로 가장 많았던 반면, 1분위는 4-5천 원 구간이 40.8%로 가장 많았고, 그 다음 3-4천 원 구간이 28.9%였다($p<0.001$). 편식 여부, 식사 시 포만감, 문제 식습관, 식사를 거르는 이유는 거주기간에 따른 차이가 없었다.

조사대상자의 거주기간별 3끼 식사 및 야식 빈도, 배달음식 및 편의점 음식의 이용 빈도에 대한 조사 결과를 <Table 3>에 제시하였다. 이 중 아침식사 빈도를 제외한 모든 항목에서 거주기간에 따라 유의한 차이를 보였다. 하루 3끼 식사를 매일 먹는 비율은 1분위가 38.7%로 가장 높았고, 2분위가 22.9%로 가장 낮은 것으로 나타났다($p<0.01$). 점심식사를 매일 먹는 비율 역시 1분위가 86.8%로 가장 높았고, 2분위(69.9%)에서 낮아졌다가, 3, 4분위에서 조금 증가하는 경향을 보였고($p<0.05$), 이와 유사하게 주 5-6회 이상 저녁 식사를 하는 비율 역시 1분위(86.0%)에서 가장 높았고, 2분위(66.7%)에서 낮아졌다가 이후 3분위 75.5%, 4분위 80.5%로 거주기간이 길어질수록 증가하는 경향을 보였다($p<0.01$). 전반적으로 거주기간이 짧은 1분위 유학생들이 가장 규칙적인 식생활을 하고 있으며, 유학생들이 조금 더 길어지면서 2분위 유학생들의 식생활이 가장 불규칙하고, 이후 다시 거주기간이 길어지면서 정규 식사의 규칙성이 개선되는 양상을 보였다. 반면 배달음식과 편의점 음식 섭취 빈도는 1분위에서 가장 낮고 2분위에서 가장 높았다가 이후 거주기간에 따라 감소하는 것으로 나타났는데, 주 3-4회 이상 배달음식을 먹는 비율은 1분위 9.9%, 2, 3, 4분위에서 각각 25.8, 22.8, 15.7%였고($p<0.01$), 주 5-6회 편의점 음식을 먹는 비율은 1분위 16.7%, 2, 3, 4분위에서 각각 28.8, 25.2, 22.3%였다($p<0.01$). 야식을 매일 먹는 비율은 2분위(6.8%) 이후로 거주기간에 따라 높아져 3분위 15.2%, 4분위 20.7%로 거주기간이 길어질수록 야식 섭취 빈도가 증가하는 경향을 보였다($p<0.01$). 거주기간이 짧은 유학생이 식사의 규칙성이 높고, 거주기간이 길어질수록 식생활이 불규칙해지고 야식과 배달음식의 섭취가 증가하는 것은 기존 연구 결과들과 일치하는

<Table 1> General characteristics of subjects by the residence period

		Total	Residence period(quarter)				χ^2 or F-value
			1st	2nd	3rd	4th	
Nationality	China	383(64.3) ¹⁾	67(46.2)	147(82.1)	104(68.9)	65(53.7)	131.248***
	Vietnam	71(11.9)	43(29.7)	17(9.5)	1(0.7)	10(8.3)	
	Uzbekistan	51(8.6)	2(1.4)	6(3.4)	20(13.2)	23(19.0)	
	Indonesia/Malaysia	29(4.9)	11(7.6)	2(1.1)	6(4.0)	10(8.3)	
	Others	62(10.4)	22(15.2)	7(3.9)	20(13.2)	13(10.7)	
	Total	596(100.0)	145(100.0)	179(100.0)	151(100.0)	121(100.0)	
Gender	Male	207(34.7)	53(36.6)	48(26.8)	39(25.8)	67(55.4)	33.181***
	Female	389(65.3)	92(63.4)	131(73.2)	112(74.2)	54(44.6)	
	Total	596(100.0)	145(100.0)	179(100.0)	151(100.0)	121(100.0)	
Residence type	Dormitory	579(98.3)	139(99.3)	172(96.6)	150(99.3)	118(98.3)	11.498
	Self-boarding	4(0.7)	0(0.0)	4(2.2)	0(0.0)	0(0.0)	
	Homestay	3(0.5)	0(0.0)	1(0.6)	1(0.7)	1(0.8)	
	Others	3(0.5)	0(0.0)	1(0.6)	0(0.0)	1(0.8)	
	Total	589(100.0)	140(100.0)	178(100.0)	151(100.0)	120(100.0)	
Religion	Christianity	59(10.1)	21(14.7)	14(8.1)	14(9.4)	10(8.3)	59.202***
	Buddhism	55(9.4)	18(12.6)	15(8.7)	11(7.4)	11(9.2)	
	Islam	67(11.5)	5(3.5)	7(4.0)	23(15.4)	32(26.7)	
	None	382(65.3)	97(67.8)	130(75.1)	92(61.7)	63(52.5)	
	Others	22(3.8)	2(1.4)	7(4.0)	9(6.0)	4(3.3)	
	Total	585(100.0)	143(100.0)	173(100.0)	149(100.0)	120(100.0)	
Awareness of health status	Very healthy	149(25.3)	35(24.3)	50(28.2)	34(22.8)	30(25.0)	20.122
	Healthy	275(46.6)	73(50.7)	77(43.5)	62(41.6)	63(52.5)	
	Relatively healthy	118(20.0)	28(19.4)	39(22.0)	37(24.8)	14(11.7)	
	Not very healthy	38(6.4)	7(4.9)	11(6.2)	12(8.1)	8(6.7)	
	Not healthy at all	10(1.7)	1(0.7)	0(0.0)	4(2.7)	5(4.2)	
	Total	590(100.0)	144(100.0)	177(100.0)	149(100.0)	120(100.0)	
Monthly living cost (10,000 won)		62.4±39.5 ²⁾	56.0±36.2 ^{b3)}	69.8±54.2 ^a	62.7±25.1 ^{ab}	58.6±29.9 ^b	3.623*
Monthly meal cost (10,000 won)		36.7±26.8	30.1±21.0 ^b	42.1±40.2 ^a	37.1±14.3 ^a	35.7±18.2 ^{ab}	5.108**
Weight change in Korea (kg)		-0.00±6.18	-2.82±4.78 ^b	-0.95±3.74 ^b	0.19±3.70 ^{ab}	1.53± 1.05 ^a	3.874**

¹⁾N(%)

²⁾Mean±SD

³⁾Different superscripts in the same row indicate significant difference among groups at p<0.05 by Duncan's multiple range test.

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

것이다(Zhu 2012; Li 2013; Dong 2014; Song & Kim 2015). Li(2013)와 Zhu(2012)는 거주기간이 1년 미만인 유학생이 1년 이상인 유학생보다 식행동의 비건전성 정도가 낮은 것으로 보고하였다. Song & Kim(2015)은 식사의 규칙성은 18개월 미만 유학생에서 높았던 반면, 건강에 해로운 식품에 대한 탐닉은 18개월 이상 유학생에서 높았다고 하였다. Jang et al. (2010)은 거주기간이 6개월 이하인 유학 초기 유학생이 거주기간이 긴 장기유학생보다 자신의 문화적 정체성 유지보다는 새로운 문화에 더 잘 적응하고자 적극적으로 상호작용한다고 하였다.

본 연구에서 유학 초기(1-4개월)에 건전했던 식습관은 8개

월까지 불건전하게 변화되다가 9-66개월(평균 18.3개월) 유학생에서 다시 건전하게 변화되는 양상을 보였는데, 이러한 변화는 국내외 다른 연구에서도 보고된 바와 같다(Lysgaard 1995; Baik 2011; Haining 2018)은 6개월 미만과 3년 이상 거주한 유학생에서 대학적응도가 높고, 1-3년 거주한 유학생의 적응도가 상대적으로 낮았다고 하였다. Haining(2018)은 경기지역 중국인 유학생이 거주기간 1년 미만일 때 가장 점심식사를 규칙적으로 하고 야식 섭취가 적었는데, 이러한 식사의 규칙성은 거주기간 2-4년에서 낮아졌다가 이후 거주기간이 길어지면서 향상되었다고 하였다. 즉 외국인 유학생의 문화적응 양상은 유학 초기에는 비교적 높은 적응수준을 보

<Table 2> Dietary behaviors of subjects by the residence period

N(%)

		Total	Residence period(quarter)				χ^2 -value
			1st	2nd	3rd	4th	
Unbalanced diet	Yes	232(39.1)	50(34.5)	66(36.9)	69(46.3)	47(39.2)	4.922
	No	361(60.9)	95(65.5)	113(63.1)	80(53.7)	73(60.8)	
	Total	593(100.0)	145(100.0)	179(100.0)	149(100.0)	120(100.0)	
Reason for meal	Relieve hunger	204(37.0)	44(31.7)	56(33.9)	50(36.8)	54(48.6)	25.451*
	Pleasure itself	119(21.6)	24(17.3)	47(28.5)	37(27.2)	11(9.9)	
	Nutrition	105(19.1)	31(22.3)	30(18.2)	21(15.4)	23(20.7)	
	Habitually	111(20.1)	37(26.6)	28(17.0)	25(18.4)	21(18.9)	
	Others	12(2.2)	3(2.2)	4(2.4)	3(2.2)	2(1.8)	
	Total	551(100.0)	139(100.0)	165(100.0)	136(100.0)	111(100.0)	
Satiety degree for a meal	Enough to relieve hunger	54(9.2)	11(7.6)	16(9.2)	13(8.7)	14(11.7)	10.779
	A little hungry	57(9.7)	16(11.0)	16(9.2)	14(9.4)	11(9.2)	
	Moderately	271(46.1)	70(48.3)	80(46.0)	59(39.6)	62(51.7)	
	Eat heartily	159(27.0)	37(25.5)	47(27.0)	46(30.9)	29(24.2)	
	Very eat heartily	47(8.0)	11(7.6)	15(8.6)	17(11.4)	4(3.3)	
	Total	588(100.0)	145(100.0)	174(100.0)	149(100.0)	120(100.0)	
Problem of eating habits	Unbalanced diet	54(10.4)	15(11.3)	17(10.8)	12(10.2)	10(9.1)	23.983
	Skipping meals	21(4.0)	3(2.3)	3(1.9)	6(5.1)	9(8.2)	
	Irregular meal times	206(39.7)	37(27.8)	68(43.0)	53(44.9)	48(43.6)	
	Frequent snacking or eating at night	93(17.9)	33(24.8)	27(17.1)	15(12.7)	18(16.4)	
	Frequent consumption of processed food	85(16.4)	26(19.5)	25(15.8)	17(14.4)	17(15.5)	
	Others	60(11.6)	19(14.3)	18(11.4)	15(12.7)	8(7.3)	
Total	519(100.0)	133(100.0)	158(100.0)	118(100.0)	110(100.0)		
Reason for skipping meals	Time shortage	183(33.3)	48(36.9)	47(28.1)	45(32.4)	43(37.7)	15.693
	Weight reduction	112(20.4)	21(16.2)	42(25.1)	27(19.4)	22(19.3)	
	Not feeling like it	173(31.5)	46(35.4)	56(33.5)	45(32.4)	26(22.8)	
	Couldn't be bothered	15(2.7)	2(1.5)	2(1.2)	5(3.6)	6(5.3)	
	Others	67(12.2)	13(10.0)	20(12.0)	17(12.2)	17(14.9)	
	Total	550(100.0)	130(100.0)	167(100.0)	139(100.0)	114(100.0)	
Meal cost (won)	< 2,000	5(0.9)	4(2.8)	1(0.6)	0(0.0)	0(0.0)	79.026***
	2,000~3,000	18(3.1)	11(7.7)	2(1.1)	2(1.3)	3(2.5)	
	3,000~4,000	83(14.1)	41(28.9)	19(10.9)	10(6.7)	13(10.7)	
	4,000~5,000	232(39.5)	58(40.8)	66(37.9)	56(37.3)	52(43.0)	
	5,000~10,000	240(40.9)	27(19.0)	83(47.7)	78(52.0)	52(43.0)	
	> 10,000	9(1.5)	1(0.7)	3(1.7)	4(2.7)	1(0.8)	
	Total	587(100.0)	142(100.0)	174(100.0)	150(100.0)	121(100.0)	

*p<0.05, ***p<0.001

이다가 중반부에는 낮은 수준을 보이고 이후 거주기간이 길어지면서 후반부로 갈수록 점차 다시 높아지는 ‘U형 적응’ 형태를 보인다(Lysgaard 1995). 이런 결과로 볼 때, 유학생은 유학 초기에는 새로운 한국문화에 호의적 태도로 적응하기 위해 노력하나, 이후 문화적응 스트레스를 경험하면서 초기의 호감이 부정적으로 변할 수 있기 때문에(Lee & Kim

2015) 유학 초기에 집중적으로 유학생들이 한국의 식생활 문화에 적응할 수 있도록 돕는 적극적인 지원이 중요할 것으로 생각된다.

3. 한국에서의 식생활 적응도

조사대상자의 거주기간에 따른 유학 후 한국 식생활에 대

<Table 3> Meal frequencies of subjects by the residence period

N(%)

		Total	Residence period(quarter)				χ^2 -value
			1st	2nd	3rd	4th	
Three meals a day	Everyday	176(30.1)	55(38.7)	40(22.9)	48(32.2)	33(28.0)	32.369**
	5-6/week	98(16.8)	36(25.4)	23(13.1)	25(16.8)	14(11.9)	
	3-4/week	112(19.2)	18(12.7)	40(22.9)	24(16.1)	30(25.4)	
	1-2/week	81(13.9)	14(9.9)	30(17.1)	23(15.4)	14(11.9)	
	Rarely	117(20.0)	19(13.4)	42(24.0)	29(19.5)	27(22.9)	
	Total	584(100.0)	142(100.0)	175(100.0)	149(100.0)	118(100.0)	
Breakfast	Everyday	164(27.7)	49(34.3)	40(22.5)	44(29.3)	31(25.6)	20.878
	5-6/week	73(12.3)	22(15.4)	15(8.4)	17(11.3)	19(15.7)	
	3-4/week	100(16.9)	26(18.2)	29(16.3)	28(18.7)	17(14.0)	
	1-2/week	100(16.9)	19(13.3)	42(23.6)	21(14.0)	18(14.9)	
	Rarely	155(26.2)	27(18.9)	52(29.2)	40(26.7)	36(29.8)	
	Total	592(100.0)	143(100.0)	178(100.0)	150(100.0)	121(100.0)	
Lunch	Everyday	450(76.5)	125(86.8)	123(69.9)	114(75.5)	88(75.2)	25.617*
	5-6/week	75(12.8)	13(9.0)	24(13.6)	22(14.6)	16(13.7)	
	3-4/week	52(8.8)	5(3.5)	23(13.1)	11(7.3)	13(11.1)	
	1-2/week	8(1.4)	1(0.7)	3(1.7)	4(2.6)	0(0.0)	
	Rarely	3(0.5)	0(0.0)	3(1.7)	0(0.0)	0(0.0)	
	Total	588(100.0)	144(100.0)	176(100.0)	151(100.0)	117(100.0)	
Dinner	Everyday	328(55.7)	101(70.6)	78(44.1)	78(51.7)	71(60.2)	32.989**
	5-6/week	122(20.7)	22(15.4)	40(22.6)	36(23.8)	24(20.3)	
	3-4/week	89(15.1)	14(9.8)	38(21.5)	23(15.2)	14(11.9)	
	1-2/week	29(4.9)	2(1.4)	15(8.5)	9(6.0)	3(2.5)	
	Rarely	21(3.6)	4(2.8)	6(3.4)	5(3.3)	6(5.1)	
	Total	589(100.0)	143(100.0)	177(100.0)	151(100.0)	118(100.0)	
Night eating	Everyday	74(12.5)	14(9.9)	12(6.8)	23(15.2)	25(20.7)	33.515**
	5-6/week	42(7.1)	7(4.9)	10(5.6)	17(11.3)	8(6.6)	
	3-4/week	87(14.7)	12(8.5)	33(18.6)	22(14.6)	20(16.5)	
	1-2/week	152(25.7)	38(26.8)	47(26.6)	33(21.9)	34(28.1)	
	Rarely	236(39.9)	71(50.0)	75(42.4)	56(37.1)	34(28.1)	
	Total	591(100.0)	142(100.0)	177(100.0)	151(100.0)	121(100.0)	
Delivery food	Everyday	10(1.7)	2(1.4)	3(1.7)	0(0.0)	5(4.1)	31.833**
	5-6/week	28(4.7)	3(2.1)	10(5.6)	10(6.7)	5(4.1)	
	3-4/week	75(12.7)	9(6.3)	33(18.5)	24(16.1)	9(7.4)	
	1-2/week	190(32.2)	41(28.9)	59(33.1)	47(31.5)	43(35.5)	
	Rarely	287(48.6)	87(61.3)	73(41.0)	68(45.6)	59(48.8)	
	Total	590(100.0)	142(100.0)	178(100.0)	149(100.0)	121(100.0)	
Convenience store food	Everyday	55(9.3)	6(4.2)	19(10.7)	18(11.9)	12(9.9)	28.019**
	5-6/week	85(14.3)	18(12.5)	32(18.1)	20(13.2)	15(12.4)	
	3-4/week	170(28.7)	36(25.0)	60(33.9)	40(26.5)	34(28.1)	
	1-2/week	185(31.2)	50(34.7)	53(29.9)	49(32.5)	33(27.3)	
	Rarely	98(16.5)	34(23.6)	13(7.3)	24(15.9)	27(22.3)	
	Total	593(100.0)	144(100.0)	177(100.0)	151(100.0)	121(100.0)	

*p<0.05, **p<0.01

<Table 4> Dietary adaptation of subjects in Korean food by the residence period

	Total	Residence period(quarter)				F-value
		1st	2nd	3rd	4th	
I've been satisfied with my diet since I've moved to Korea.	2.91±0.89	3.08±0.87 ^{1)a2)}	2.96±0.83 ^{ab}	2.77±0.94 ^b	2.82±0.93 ^b	3.506*
I've been comfortable eating Korean food since I've moved to Korea.	3.35±0.92	3.41±0.99 ^{NS}	3.31±0.88	3.38±0.91	3.29±0.93	0.560
I like Korean food.	3.255±0.96	3.51±0.97 ^a	3.13±0.89 ^b	3.21±0.97 ^b	3.17±0.95 ^b	5.050**
I like Korean fermented paste products.	2.79±1.03	2.88±1.09 ^{NS}	2.73±0.96	2.81±1.05	2.73±0.99	0.778
I like the smell of Kimchi.	3.13±1.16	3.22±1.12 ^{NS}	3.19±1.19	3.13±1.19	2.93±1.09	1.722
I like strong aromatic seasonings such as garlic, hot peppers and mustard.	2.78±1.22	3.06±1.22 ^a	2.55± 1.25 ^c	2.68±1.21 ^{bc}	2.90±1.13 ^{ab}	5.461**
I am used to eating raw food such as Ssam (lettuce wrapped rice) and seafood.	2.93±1.19	2.97±1.19 ^{NS}	2.94±1.12	2.83±1.20	2.95±1.25	0.403
I enjoy experiencing new Korean food.	3.62±1.04	3.91±0.95 ^a	3.54±1.07 ^b	3.50±1.05 ^b	3.50±1.04 ^b	5.376**

¹⁾Mean±SD (5 points scale was used)

²⁾Different superscripts in the same row indicate significant difference among groups at p<0.05 by Duncan's multiple range test.

*p<0.05, **p<0.01

한 적응도를 알아보기 위해 8개 항목에 대해 5점 리커트 척도로 조사한 결과를 <Table 4>에 나타내었다. ‘나는 한국에서 유학 후 식생활이 만족스럽다’ 항목의 점수는 거주기간이 짧은 1분위 유학생이 거주기간이 긴 유학생에 비해 높은 것으로 나타났다(p<0.05). 이런 경향은 ‘나는 한국음식을 좋아한다’, ‘나는 마늘·고추·겨자 등의 강한 양념 맛을 좋아한다’, ‘새로운 한국음식을 경험하는 것을 좋아한다’ 등의 항목에서도 마찬가지로 1분위 유학생의 점수가 거주기간이 긴 다른 분위 유학생에 비해 유의하게 높았다(각 p<0.01). 즉 한국에서의 거주기간이 길어질수록 한국에서의 식생활 적응도가 점차 향상되는 것이 아니라 거주기간이 가장 짧은 1분위 유학생이 한국 식생활에 잘 적응하고 만족도가 높은 것으로 나타났다. ‘한국에 유학 후 한국음식 먹는 것에 익숙하다’, ‘된장·고추장·간장 등 한국 장류 음식을 좋아한다’, ‘김치 냄새가 좋다’, ‘(상추)쌈, 해산물 등의 익히지 않은 음식에 익숙하다’의 항목에서는 거주기간에 따른 유의한 차이가 없었다. He(2010)는 중국인 유학생 대상 연구에서, 거주기간(1개월 미만, 3-6개월 미만, 6개월-1년, 1-3년, 3년 이상)이 길어짐에 따라 유학생의 한국음식에 대한 이해도는 증가하였으나 한국 고유의 음식문화에 대한 적응도에는 차이가 없었다고 하였는데, 특히 거주기간에 따라 된장·청국장 등 장류 음식, 김치의 짓갈 냄새, 생선회·야채쌈 등 생으로 먹는 음식 등에 대한 적응도에 차이가 없어 본 연구와 유사한 결과를 보였다. 한편, 본 연구 결과와는 달리 국내 중국인 유학생을 대상으로 한 선행연구들에서 거주기간(1년 미만, 1-2년, 2-3년, 3-4년, 5년 이상)이 길어질수록 한국음식에 대한 선호도와 만족도가 높고(Moon & Song 2012), 거주기간(6개월 미만, 6개월-1년, 1-2년, 2-3년, 3년 이상)이 길어질수록 한국음식에 대

한 적응도가 높아졌다고 보고되었는데(Yu 2013), 이러한 상이한 결과는 연구마다 제시된 거주기간의 기준이 다르기 때문으로 유추된다. 대전지역 중국인 유학생 대상 연구에서 거주기간(3개월 미만, 3개월-1년, 1년 이상)에 따라 한식에 대한 기호도와 인식에 차이가 없었으나(Ha 2010), 부산지역 중국인 유학생 대상 연구(Song & Kim 2015)에서는 18개월 이상 거주한 유학생은 18개월 미만 거주 유학생보다 한식당을 이용하는 빈도가 높고, 한국음식의 맛과 제공 형태에 대한 적응도가 높았으며, 한국음식에 대한 부정적 태도 또한 낮아졌다고 보고되었다. Song & Kim(2015)은 18개월 이상 거주한 유학생의 경우 김치를 비롯하여 떡, 찌개류, 삼계탕 등 한국음식에 대한 기호가 형성되면서 식습관이 달라질 수 있다고 하였고, 중국 및 일본인 유학생 대상 연구에서도 거주기간이 6개월 미만인 유학생 2/3가 급식에서 김치를 잔반으로 남겼으나 거주기간 2년을 기점으로 이후 김치 잔반율이 감소하여 대표적인 한국음식인 김치에 대한 적응도가 향상되었음을 보여주었다(Ryu et al. 2014). 한편, 본 연구 결과 1분위 유학생이 한국에서의 식생활에 적응도가 높은 것은 한국음식에 대한 적응도가 전반적으로 높은 베트남 유학생의 비율이 높았던 영향도 작용했으리라 추측해 볼 수 있다(Hong & Lee 2019). 본 연구 결과 한국 전통 양념 맛의 적응도에서 2분위 이후로 거주기간에 따라 점수가 높아지는 경향을 나타냈는데, 이는 유학생들이 한국음식 특유의 강한 양념 맛에 대해 지속적으로 노출된다면 적응도가 향상될 가능성을 보여주고 있다. 따라서 유학생들이 한국에서 새로운 음식과 식생활 문화에 적응하고 자연스럽게 동화되어갈 수 있도록 1-2년 이상 지속적으로 한국음식문화 적응 프로그램을 제공할 필요가 있다고 사료된다.

<Table 5> Using frequencies of in-campus cafeteria, out-campus restaurant and self cooking of subjects by the residence period N(%)

		Total	Residence period(quarter)				χ^2 -value	
			1st	2nd	3rd	4th		
In-campus cafeteria	Breakfast	Everyday	8(1.8)	2(2.2)	3(2.1)	1(0.8)	2(2.4)	25.090*
		5-6/week	3(0.7)	0(0.0)	1(0.7)	0(0.0)	2(2.4)	
		3-4/week	10(2.3)	4(4.4)	2(1.4)	0(0.0)	4(4.8)	
		1-2/week	21(4.8)	8(8.8)	1(0.7)	5(4.2)	7(8.4)	
		Rarely	393(90.3)	77(84.6)	136(95.1)	112(94.9)	68(81.9)	
		Total	435(100.0)	91(100.0)	143(100.0)	118(100.0)	83(100.0)	
	Lunch	Everyday	20(4.4)	7(7.4)	6(4.2)	2(1.7)	5(5.4)	19.710
		5-6/week	20(4.4)	7(7.4)	5(3.5)	2(1.7)	6(6.5)	
		3-4/week	72(16.0)	20(21.1)	20(14.0)	15(12.5)	17(18.5)	
		1-2/week	138(30.7)	31(32.6)	39(27.3)	41(34.2)	27(29.3)	
		Rarely	200(44.4)	30(31.6)	73(51.0)	60(50.0)	37(40.2)	
		Total	450(100.0)	95(100.0)	143(100.0)	120(100.0)	92(100.0)	
	Dinner	Everyday	13(3.0)	3(3.3)	4(2.9)	3(2.6)	3(3.6)	30.707**
		5-6/week	12(2.8)	4(4.4)	4(2.9)	1(0.9)	3(3.6)	
		3-4/week	26(6.1)	11(12.2)	5(3.6)	2(1.7)	8(9.5)	
		1-2/week	68(15.9)	22(24.4)	15(10.9)	14(12.1)	17(20.2)	
		Rarely	309(72.2)	50(55.6)	110(79.7)	96(82.8)	53(63.1)	
		Total	428(100.0)	90(100.0)	138(100.0)	116(100.0)	84(100.0)	
Out-campus restaurant	Breakfast	Everyday	72(16.1)	11(12.1)	31(20.0)	20(16.4)	10(12.5)	12.045
		5-6/week	37(8.3)	9(9.9)	14(9.0)	11(9.0)	3(3.8)	
		3-4/week	62(13.8)	12(13.2)	23(14.8)	15(12.3)	12(15.0)	
		1-2/week	57(12.7)	7(7.7)	23(14.8)	16(13.1)	11(13.8)	
		Rarely	220(49.1)	52(57.1)	64(41.3)	60(49.2)	44(55.0)	
		Total	448(100.0)	91(100.0)	155(100.0)	122(100.0)	80(100.0)	
	Lunch	Everyday	106(21.0)	17(16.5)	40(25.8)	35(24.5)	14(13.6)	32.347**
		5-6/week	106(21.0)	16(15.5)	43(27.7)	32(22.4)	15(14.6)	
		3-4/week	139(27.6)	28(27.2)	37(23.9)	39(27.3)	35(34.0)	
		1-2/week	122(24.2)	29(28.2)	32(20.6)	28(19.6)	33(32.0)	
		Rarely	31(6.2)	13(12.6)	3(1.9)	9(6.3)	6(5.8)	
		Total	504(100.0)	103(100.0)	155(100.0)	143(100.0)	103(100.0)	
	Dinner	Everyday	90(18.3)	17(16.7)	33(21.3)	27(20.1)	13(12.9)	17.135
		5-6/week	88(17.9)	16(15.7)	30(19.4)	26(19.4)	16(15.8)	
		3-4/week	119(24.2)	20(19.6)	43(27.7)	31(23.1)	25(24.8)	
		1-2/week	143(29.1)	36(35.3)	31(20.0)	36(26.9)	40(39.6)	
		Rarely	52(10.6)	13(12.7)	18(11.6)	14(10.4)	7(6.9)	
		Total	492(100.0)	102(100.0)	155(100.0)	134(100.0)	101(100.0)	
Self cooking	Breakfast	Everyday	82(16.5)	32(25.8)	7(4.7)	26(20.5)	17(17.2)	43.101***
		5-6/week	31(6.2)	7(5.6)	7(4.7)	6(4.7)	11(11.1)	
		3-4/week	39(7.8)	15(12.1)	11(7.4)	8(6.3)	5(5.1)	
		1-2/week	54(10.8)	5(4.0)	17(11.5)	18(14.2)	14(14.1)	
		Rarely	292(58.6)	65(52.4)	106(71.6)	69(54.3)	52(52.5)	
		Total	498(100.0)	124(100.0)	148(100.0)	127(100.0)	99(100.0)	
	Lunch	Everyday	76(15.4)	39(31.0)	8(5.6)	15(12.2)	14(14.1)	64.467***
		5-6/week	48(9.8)	14(11.1)	9(6.3)	8(6.5)	17(17.2)	
		3-4/week	70(14.2)	14(11.1)	17(11.8)	17(13.8)	22(22.2)	
		1-2/week	100(20.3)	25(19.8)	29(20.1)	27(22.0)	19(19.2)	
		Rarely	198(40.2)	34(27.0)	81(56.3)	56(45.5)	27(27.3)	
		Total	492(100.0)	126(100.0)	144(100.0)	123(100.0)	99(100.0)	
	Dinner	Everyday	83(16.6)	41(32.5)	10(6.8)	20(15.6)	12(12.0)	76.731***
		5-6/week	56(11.2)	20(15.9)	3(2.1)	10(7.8)	23(23.0)	
		3-4/week	76(15.2)	8(6.3)	28(19.2)	20(15.6)	20(20.0)	
		1-2/week	114(22.8)	26(20.6)	30(20.5)	35(27.3)	23(23.0)	
		Rarely	171(34.2)	31(24.6)	75(51.4)	43(33.6)	22(22.0)	
		Total	500(100.0)	126(100.0)	146(100.0)	128(100.0)	100(100.0)	

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

4. 교내 식당 이용 및 외식, 취사 빈도

유학생의 교내 식당 이용 및 외식, 직접 취사 빈도를 거주 기간 별로 비교한 결과는 <Table 5>와 같다. 1분위와 4분위에서 아침과 저녁 식사의 교내식당 이용률이 조금 더 높았다(각 $p<0.05$, $p<0.01$). 학교 밖 외식 비율은 점심식사에서만 거주기간에 따른 유의한 차이가 있었는데, 주 5-6회 이상 점심 외식하는 비율이 1분위는 32.0%였고, 2분위(53.5%)에서 가장 높았다가 이후 거주기간이 증가함에 따라 낮아졌다($p<0.01$). 직접 조리 빈도는 세 끼 식사 모두에서 거주기간에 따른 차이가 있었는데, 1분위에서 직접 조리해 먹는 비율이 가장 높았고, 2분위에서 가장 낮았다가 이후 거주기간이 길어질수록 직접 조리 비율이 증가하는 경향을 보였다(각 $p<0.001$). 이는 유학 초기에는 한국음식에 대한 호기심으로 교내식당을 이용하는 유학생이 조금 더 많으나, 이후 거주기간이 길어지면서 교내식당에서 제공되는 익숙하지 않은 한국음식이 기호에 맞지 않아 주변의 자국음식을 판매하는 식당 등에서 외식하는 빈도가 높아지는 것으로 유추해볼 수 있다. 더불어 유학 초기에는 고국의 식습관을 아직 높게 유지하고 고국음식에 대한 향수를 겪으면서 고국음식을 직접 조리해서 먹는 비율이 높은 것으로 유추해볼 수 있다. 또한, 유학 초기인 1분위 유학생이 거주기간이 긴 유학생들보다 생활비와 식비가 적었는데<Table 1>, 경제적인 이유로 직접 조리 비율이 높은 것을 일부 설명할 수 있다고 생각된다. 대전

지역 중국 및 일본 유학생을 대상으로 한 연구에서도 거주기간이 6개월 미만인 유학생의 점심 교내급식 이용률이 높았다가 거주기간이 길어지면서 이용빈도가 감소하는 것으로 나타나(Ryu et al. 2014) 본 연구 결과와 유사하였다. 선행연구들에서 유학생의 외식 빈도는 거주기간에 따라 점차 증가하거나(Dong 2014), 거주기간에 따라 차이가 없었고(Lu 2016), 거주기간 2년 미만에서 높았다가 이후 거주기간에서 낮아진다고 보고되는(Haining 2018) 등 유학생의 거주 지역 및 대상에 따라 다르게 나타났다.

5. 식생활 정보 출처 및 식사 시 동행자

거주기간에 따라 식생활 정보 출처 및 식사 시 동행하는 대상을 분석한 결과는 <Table 6>에 제시하였다. 유학 후 식생활과 관련된 정보의 출처에 대해 조사한 결과, 거주기간 1분위는 주로 인터넷(41.1%)과 자국 유학생(41.1%)을 통해 정보를 얻었고, 2분위는 주로 자국 유학생(64.4%)을 통해 정보를 얻었으며, 이후 거주기간이 길어질수록 인터넷 비율은 높아지고, 자국 유학생 비율은 낮아졌다($p<0.05$). 식사 시 동행하는 대상은 아침과 저녁 식사에서 거주기간에 따른 유의적 차이가 나타났는데, 2분위에서 고국 및 타국 유학생과 함께 식사하는 비율이 가장 높았고, 이후 거주기간이 길어질수록 혼자 식사하는 비율이 높아졌다(각 $p<0.01$, $p<0.05$). 대전지역 중국 및 일본인 유학생 대상 연구에서는 거주기간이 1년

<Table 6> Dietary information source and companion at meal time of subjects by the residence period N(%)

		Total	Residence period(quarter)				χ^2 -value
			1st	2nd	3rd	4th	
Dietary information source	Internet	165(33.3)	53(41.1)	33(22.6)	38(31.4)	41(41.0)	27.945*
	Brochures	10(2.0)	2(1.6)	1(0.7)	5(4.1)	2(2.0)	
	Information from the university	11(2.2)	4(3.1)	2(1.4)	3(2.5)	2(2.0)	
	Korean students	23(4.6)	5(3.9)	7(4.8)	6(5.0)	5(5.0)	
	Homeland international students	248(50.0)	53(41.1)	94(64.4)	62(51.2)	39(39.0)	
	Others	39(7.9)	12(9.3)	9(6.2)	7(5.8)	11(11.0)	
	Total	496(100.0)	129(100.0)	146(100.0)	121(100.0)	100(100.0)	
Breakfast	International students	210(42.4)	58(46.4)	81(52.3)	48(36.9)	23(27.1)	19.423**
	Alone	284(57.4)	67(53.6)	74(47.7)	81(62.3)	62(72.9)	
	Korean students	1(0.2)	0(0.0)	0(0.0)	1(0.8)	0(0.0)	
	Total	495(100.0)	125(100.0)	155(100.0)	130(100.0)	85(100.0)	
Companion	International students	448(87.8)	111(86.0)	146(92.4)	119(90.8)	72(78.3)	13.922*
	Alone	58(11.4)	17(13.2)	11(7.0)	12(9.2)	18(19.6)	
	Korean students	4(0.8)	1(0.8)	1(0.6)	0(0.0)	2(2.2)	
	Total	510(100.0)	129(10.0)	158(100.0)	131(100.0)	92(100.0)	
Dinner	International students	402(79.3)	99(77.3)	130(83.9)	102(77.3)	71(77.2)	4.904
	Alone	96(18.9)	28(21.9)	23(14.8)	26(19.7)	19(20.7)	
	Korean students	9(1.8)	1(0.8)	2(1.3)	4(3.0)	2(2.2)	
	Total	507(100.0)	128(100.0)	155(100.0)	132(100.0)	92(100.0)	

* $p<0.05$, ** $p<0.01$

<Table 7> The actual condition for use of university foodservice of subjects by the residence period N(%)

	Total	Residence period(quarter)				χ^2 -value	
		1st	2nd	3rd	4th		
Satisfaction	Very satisfied	29(5.2)	7(5.5)	10(5.8)	8(5.4)	4(3.5)	32.644**
	Generally satisfied	169(30.0)	60(46.9)	48(27.9)	37(24.8)	24(21.1)	
	Moderate	301(53.5)	53(41.4)	94(54.7)	88(59.1)	66(57.9)	
	Not very satisfied	49(8.7)	6(4.7)	16(9.3)	14(9.4)	13(11.4)	
	Not satisfied at all	15(2.7)	2(1.6)	4(2.3)	2(1.3)	7(6.1)	
	Total	563(100.0)	128(100.0)	172(100.0)	149(100.0)	114(100.0)	
Contribution to diet	Very much	24(4.2)	6(4.4)	6(3.5)	8(5.4)	4(3.5)	8.835
	Quite significantly	100(17.5)	27(20.0)	36(20.9)	19(12.8)	18(15.7)	
	Moderate	239(41.9)	53(39.3)	76(44.2)	61(41.2)	49(42.6)	
	Not very much	111(19.5)	26(19.3)	25(14.5)	35(23.6)	25(21.7)	
	Not at all	96(16.8)	23(17.0)	29(16.9)	25(16.9)	19(16.5)	
	Total	570(100.0)	135(100.0)	172(100.0)	148(100.0)	115(100.0)	
Unvisited reason	Lack of menu variety	125(32.0)	19(18.6)	47(37.6)	39(45.3)	20(25.6)	71.058***
	Information lack of location or way to use	55(14.1)	21(20.6)	18(14.4)	8(9.3)	8(10.3)	
	Untasty food	39(10.0)	6(5.9)	16(12.8)	9(10.5)	8(10.3)	
	Unfamiliar smell of Korean food	29(7.4)	3(2.9)	11(8.8)	4(4.7)	11(14.1)	
	Price	23(5.9)	5(4.9)	6(4.8)	3(3.5)	9(11.5)	
	No explanations of the menu	18(4.6)	10(9.8)	6(4.8)	1(1.2)	1(1.3)	
	No menu that can eat (including religious reasons)	16(4.1)	2(2.0)	1(0.8)	5(5.8)	8(10.3)	
	Facilities or the hygienic conditions	6(1.5)	1(1.0)	2(1.6)	2(2.3)	1(1.3)	
	Others	80(20.5)	35(34.3)	18(14.4)	15(17.4)	12(15.4)	
Total	391(100.0)	102(100.0)	125(100.0)	86(100.0)	78(100.0)		
Leftover foods	Kimchi	137(30.3%)	36(33.6%)	43(31.4%)	33(26.8%)	25(29.4%)	23.740
	Broth/stew	89(19.7%)	20(18.7%)	27(19.7%)	26(21.1%)	16(18.8%)	
	Rice	54(11.9%)	9(8.4%)	15(10.9%)	17(13.8%)	13(15.3%)	
	Fish	37(8.2%)	5(4.7%)	10(7.3%)	14(11.4%)	8(9.4%)	
	Dessert	39(8.6%)	7(6.5%)	18(13.1%)	8(6.5%)	6(7.1%)	
	Meat	23(5.1%)	3(2.8%)	6(4.4%)	9(7.3%)	5(5.9%)	
	Vegetables	17(3.8%)	4(3.7%)	5(3.6%)	5(4.1%)	3(3.5%)	
	Others	56(12.4%)	23(21.5%)	13(9.5%)	11(8.9%)	9(10.6%)	
	Total	452(100.0%)	107(100.0%)	137(100.0%)	123(100.0%)	85(100.0%)	
Reasons for leftover	Not to one's taste	128(28.1%)	20(19.2%)	44(31.7%)	43(36.4%)	21(22.3%)	28.080*
	Too much amount	87(19.1%)	24(23.1%)	29(20.9%)	17(14.4%)	17(18.1%)	
	Dislike flavor	74(16.3%)	13(12.5%)	28(20.1%)	17(14.4%)	16(17.0%)	
	Have not eaten before	56(12.3%)	18(17.3%)	12(8.6%)	11(9.3%)	15(16.0%)	
	Dislike dish or food	56(12.3%)	10(9.6%)	15(10.8%)	14(11.9%)	17(18.1%)	
	Others	54(11.9%)	19(18.3%)	11(7.9%)	16(13.6%)	8(8.5%)	
	Total	455(100.0%)	104(100.0%)	139(100.0%)	118(100.0%)	94(100.0%)	
Demand for improvement	Variety of menu	174(51.8%)	33(45.2%)	56(53.3%)	51(57.3%)	34(49.3%)	42.231**
	Taste	51(15.2%)	6(8.2%)	24(22.9%)	13(14.6%)	8(11.6%)	
	Decrease in price	39(11.6%)	14(19.2%)	8(7.6%)	7(7.9%)	10(14.5%)	
	Increase in portion size	36(10.7%)	10(13.7%)	12(11.4%)	10(11.2%)	4(5.8%)	
	Kindness of staff	9(2.7%)	0(0.0%)	2(1.9%)	2(2.2%)	5(7.2%)	
	Sanitation and cleanliness	5(1.5%)	1(1.4%)	0(0.0%)	0(0.0%)	4(5.8%)	
	Others	22(6.5%)	9(12.3%)	3(2.9%)	6(6.7%)	4(5.8%)	
	Total	336(100.0%)	73(100.0%)	105(100.0%)	89(100.0%)	69(100.0%)	

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

미만일 때까지는 한국 학생과 함께 식사하는 비율이 증가하다가 이후 감소하여 2년 이상 거주한 경우에는 고국 및 타국 유학생과 함께 식사하는 비율이 높았다(Ryu et al. 2014). 이렇듯 연구 결과에 다소 차이가 있으나 유학생들이 거주기간이 길어짐에도 불구하고 한국 학생들과의 교류가 개선되지 않고, 오히려 유학 생활에서의 인간관계가 점차 제한되고 축소되어 가는 것이 공통된 문제점으로 지적된다. 유학생의 문화적응도는 식생활에도 영향을 미치기 때문에(Song & Kim 2015) 유학생이 안정적으로 적응할 수 있도록 인간관계를 통한 사회적 지지를 강화할 필요가 있다. 특히, 거주기간이 짧은 유학생보다 오히려 거주기간이 긴 유학생들이 대학 생활에서 인간관계가 좋지 않을수록 사회정서적 적응에 어려움을 더 많이 겪으며 유학생들의 적응에 중요한 부분을 차지하는 것이 한국인 친구인 것에 주목하여(Kim 2018), 유학 초기부터 유학생이 한국 학생과 식문화를 교류할 수 있는 다양한 기회가 제공되어야 할 것으로 생각된다.

6. 교내급식 이용행태

조사대상자의 거주기간에 따른 교내급식 이용행태를 조사한 결과는 <Table 7>에 나타내었다. 교내급식에 대해 ‘매우 만족’ 또는 ‘만족’ 한다고 답하여 긍정적인 만족도를 보인 비율은 1분위 52.3%, 2분위 33.7%, 3분위 30.2%, 4분위 24.6%로 거주기간이 길어짐에 따라 급식 만족도가 감소하였다($p < 0.01$). 선행연구에서 거주 1년 이하의 유학생이 교내급식에 대한 만족도가 가장 높았고, 거주기간 1-4년 유학생의 급식 만족도가 가장 낮았으며, 4년 이상 오래 거주한 유학생은 한국 음식에 익숙해지면서 만족도가 높게 나타났다(Jing 2012). 본 연구에서 4분위 대상자도 한국 거주기간이 9-66개월(평균 18.3개월)로서, 아직 새로운 한국음식에 적응하여 동화되기에는 충분하지 않은 기간으로 생각된다. 교내급식을 이용하지 않는 이유는 거주기간에 따라 유의한 차이를 보였는데($p < 0.001$), 3분위까지 거주기간이 길어질수록 ‘식단이 다양하지 않아서’를 주된 요인으로 답한 비율이 증가하는 것으로 나타났다. 또한 ‘맛이 없어서’ 교내급식을 이용하지 않는 비율은 1분위(5.9%)보다도 거주기간이 긴 다른 분위 유학생(각 12.8, 10.5, 10.3%)에서 오히려 더 높아 거주기간이 길어져도 교내급식의 맛에 적응하지 못하는 것으로 나타났다. 반면, ‘교내식당의 위치 또는 이용방법을 몰라서’가 1분위에서 가장 큰 요인으로 나타났고, 이는 2분위에서도 14.4%로 거주기간이 길어져도 교내식당에 대한 정보를 잘 모르는 것으로 나타났다. 선행연구에서도 유학 6개월 미만인 경우에는 거리가 가까워서, 음식 주문 시 언어 문제 때문에 교내급식을 이용한다는 유학생이 거주기간이 긴 유학생들에 비해 많다고 하여(Ryu et al. 2014), 유학 초기에는 한국어 능력과 정보 부족으로 대학생활에서 식생활에 어려움이 더욱 클 수 있으므로 이에 대한 배려가 필요할 것으로 생각된다. 교내급식에서 음식을 남기는 이유는 거주기간에 따라 유의한 차이

를 보였는데($p < 0.05$), 1분위는 ‘양이 너무 많아서’가 주된 이유였던 반면, 2분위와 3분위는 ‘입맛에 맞지 않아서’가 가장 주된 이유였다. 또한, 거주기간이 길어짐에 따라 ‘먹어본 적이 없어서’로 답한 비율은 감소하는 경향을 보였으나 ‘싫어하는 음식이거나 식품이어서’로 답한 비율은 오히려 증가하여 유학생들이 교내급식을 통해 새로운 메뉴나 식재료를 접하게 되더라도 급식에 대한 기호가 향상되는 것은 아닌 것으로 보인다. 조사대상자의 거주기간별 교내급식에 원하는 개선사항은 교내급식을 이용하지 않는 이유와 유사한 양상을 보였다($p < 0.01$). 즉, ‘급식비 인하’를 개선사항으로 답한 비율은 1분위에서 다른 분위보다 높았던 반면, 3분위까지 거주기간이 길어질수록 ‘메뉴의 다양화’에 대한 요구가 증가하는 것으로 나타났고, ‘음식의 맛’에 대한 개선 요구 역시 1분위보다 거주기간이 긴 다른 분위에서 더 높았다. 중국 및 일본 유학생을 대상으로 한 연구에서도 거주기간이 길어질수록 유학생이 교내급식에서 메뉴의 다양화와 음식 맛에 대한 개선이 필요하다는 지적이 증가하는 경향을 보여 본 연구 결과와 유사하였다(Ryu et al. 2014). 중국인 유학생들은 거주기간이 길어짐에 따라 김치류 중 깍두기와 음료 중 식혜의 선호도가 높아지는 등(Yu 2013) 거주기간이 길어질수록 한국음식에 대한 선호도가 증가하였고(Moon & Song 2012), 식생활 관련 스트레스 조사에서 한국음식이 입에 안 맞아서 식사를 거르는 비율이 거주기간이 4년 이상인 유학생들에서 가장 낮은 것으로 보고되어(Lu 2016), 교내급식에서도 유학생들의 기호와 선호도를 고려한 다양한 메뉴를 개발한다면 교내급식의 이용률과 만족도를 개선할 수 있을 것으로 생각된다. 한류의 영향으로 유학생 대부분이 한국에 오기 전에 한국음식을 먹어본 경험이 있으며, 이미 한국음식에 대한 긍정적인 관심을 가진 상태에서 유학을 오는 비율이 높기 때문에(Yu 2013; Phan 2018) 유학생들의 거주기간을 고려하여 선호도가 높은 메뉴를 제공하려는 노력을 기울인다면 유학생들에 대한 교내급식의 기여도가 향상될 수 있을 것이다. 또한, 유학생들은 거주기간이 길어짐에 따라 생선과 과일 섭취가 감소하는 반면(Dong 2014), 건강에 좋지 않은 식품 및 메뉴 섭취 증가가 우려되므로(Song & Kim 2015) 교내급식에서 이러한 거주기간에 의한 유학생들의 식생활 변화 양상을 고려하여 운영한다면 교내급식을 통해 유학생들의 건전한 식생활을 유도하고 건강에 기여할 수 있을 것이라 생각된다. 익숙하지 않은 식생활에 어려움을 느끼는 유학생들이 거주기간이 길어지면 자연스럽게 적응되는 것이 아니므로, 교내급식을 통해 이들의 식생활 적응을 돕는 적극적인 노력이 필요할 것이다.

IV. 요약 및 결론

본 연구는 부산에 거주하는 유학생을 대상으로 거주기간을 4분위로 나누어 식행동과 한국에서의 식생활 적응도, 교

내식당 이용 및 취사 빈도, 식생활 정보 출처와 함께 식사하는 대상, 교내급식 이용행태 등을 비교 조사하여 거주기간에 따른 유학생의 식생활 문제와 요구를 규명하고자 하였다. 연구 결과를 요약하면 다음과 같다.

거주기간 1분위 유학생들의 식사가 가장 규칙적이었고, 2분위가 가장 불규칙하며, 이후 거주기간이 길어지면서 식사의 규칙성이 개선되는 경향을 보였다. 배달음식과 편의점음식 섭취 빈도는 1분위에서 가장 낮고 2분위에서 가장 높았다가 이후 거주기간에 따라 감소하였고, 야식 빈도는 2분위 이후로 거주기간에 따라 증가하였다.

한국에서의 식생활 적응 정도는 전반적으로 거주기간 1분위 유학생이 거주기간이 긴 유학생에 비해 높았다. 마늘·고추·겨자 등의 한국 전통 양념 맛에 대한 적응도는 2분위 이후로 거주기간에 따라 점수가 높아지는 경향을 보였다.

교내식당 이용빈도는 1분위와 4분위 유학생이 2, 3분위 유학생보다 높았고, 점심 외식 비율은 1분위에서 낮고 2분위로 가면서 높아졌다가 이후 거주기간에 따라 다시 낮아졌으며, 직접 조리해서 먹는 비율은 1분위에서 가장 높았고 2분위에서 가장 낮았다가 이후 증가하였다.

한국에서의 식생활에 관한 정보는 1분위 유학생의 경우 주로 인터넷과 자국유학생을 통해 얻었고, 거주기간이 길어지면서 인터넷을 통해서 얻는 비율은 높아지고 자국 유학생을 통해 얻는 비율은 낮아지는 것으로 나타났다. 식사 시 동행자는 2분위에서 고국 및 타국 유학생과 함께 식사하는 비율이 가장 높고, 이후 거주기간이 길어지면서 혼자 식사하는 비율이 높아졌다.

교내급식에 대한 만족도는 거주기간이 길어질수록 감소하였고, 거주기간이 긴 유학생에서 ‘식단이 다양하지 않아서’, ‘맛이 없어서’ 교내급식을 이용하지 않는 비율이 높음으로 나타났다. 교내급식의 개선사항은 거주기간이 긴 유학생에서 ‘메뉴의 다양화’와 ‘음식의 맛’에 대한 요구가 더 높아지는 것으로 나타났다.

이상의 결과에서 보면, 유학 초기에는 한국에서의 식생활에 적응하려 노력하며 규칙적인 식생활을 하고, 새로운 한국 음식 문화에 대한 호감을 가지고 한국음식과 교내급식에 대한 만족도와 교내식당 이용률도 높으나, 이 시기가 지나면서 유학 생활이 어느 정도 진행되면 점점 익숙하지 않은 한국의 식생활에 적응하지 못하는 어려움을 겪으면서 식생활에 대한 만족도가 오히려 떨어지고, 식생활이 불규칙해지며 배달음식 등 야식 섭취가 많아지는 등 식생활이 비건전화되는 것으로 나타났다. 이러한 양상은 이후 거주기간이 길어지면서 한국에서의 식생활에 대한 만족도 및 식사의 규칙성, 교내식당 이용률 등 일부는 점차 다시 개선되는 것으로 나타났다.

본 연구 결과로 볼 때, 유학 초기가 가장 현지 식생활에 긍정적이고 적응하려 애쓰는 시기라는 점에 주목하여, 유학 초기에 집중적으로 유학생들이 새로운 식생활 문화에 적응

할 수 있도록 적극적인 지원을 함으로써 이후 식습관이 비건전화되는 정도를 줄이는데 도움이 될 것으로 생각된다. 또한, 거주기간이 길어지면서 한국음식에 다시 적응도가 높아지는 데는 약 1.5년 이상의 시간이 소요되므로 이 시간 이상 지속적으로 한국 식문화에의 접근성을 향상시키는 적응 프로그램을 제공할 필요가 있다고 사료된다. 또한, 유학생이 안정적으로 적응할 수 있도록 사회적 지지를 강화할 필요가 있으므로 유학 초기부터 거주기간을 고려하여 유학생과 한국 학생 간 식문화를 교류할 수 있는 기회를 제공할 필요가 있다. 이러한 노력들은 유학생들의 성공적인 식생활 적응을 통하여 건강한 유학생활을 도모할 수 있을 것이라 제안하는 바이다.

저자정보

홍경희(동서대학교 식품영양학과, 부교수, 0000-0003-4956-8177)

이현숙(동서대학교 식품영양학과, 교수, 0000-0002-8642-1978)

감사의 글

본 연구는 동서대학교 학술연구비 지원(2017년)으로 수행하였습니다.

Conflict of Interest

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

References

- Baik JS. 2011. Variables affecting college adaptation among International college students in Korea. *J. Korean Home Manag. Assoc.*, 29(3):119-131
- Baik SH. 2013. Factors influencing International students' adjustment to Korean university campus life. Master's degree thesis, Soongsil University, Korea, pp 38-42
- Dong XX. 2014. A study on lifestyle, dietary behavior and dietary intake according to the period of staying in Korea and habitation among Chinese international students in Jeonbuk province. Master's degree thesis, Chonbuk University, Korea, pp 14-58
- Feng Z. 2015. The study on relevance of healthy practice of Chinese students in Korea -the association with studying and accumulative stress and social supporting system. Master's degree thesis, Gachon University, Korea, pp 53-57
- Gao RR. 2014. Changes in dietary behaviors and analysis of health-related risk factors of Chinese international

- students in Korea. Master's degree thesis, Seoul Women's University, Korea, pp 18-42
- Ha KH. 2010. Survey of Korean food acknowledgement and preference by Chinese students in Daejeon. *Korean J. Food Nutr.*, 23(2):186-195
- Haining L. 2018. The study on dietary habits, drink recognition and intake according to the gender and residence periods among Chinese students in Gyeonggi province. Master's degree thesis, Gachon University, Korea, pp 24-32
- He WT. 2010. Research on Korean food preference and satisfaction of Chinese students in Korea. Master's degree thesis, Paichai University, Korea, pp 42-50
- Hong KH 2017. Perception and preference of Korean food of university students in Yanbian, China -Focused on comparisons according to fender-. *J. Korean Soc. Food Cult.*, 32(3):204-214
- Hong KH, Lee HS. 2019. A Study on the Adaptation of Korean diet and Utilization of University Foodservice According to the Nationality of International Students in Busan. *J. Korean Soc. Food Cult.*, 34(5):553-566
- Jang HK, Jeong HS, Yang NY, Yoo MR, Ko EJ, Kim HK, Lim KC, Ra LM, Jung SY. 2010. Health status and resilience according to acculturation types among Chinese students in Korea. *J. Korean Scad. Adult Nurs.*, 22(6):653-662
- Jin AP. 2016. A study on the adaptation pattern and education plan of Korean food culture in China. Master's degree thesis, Busan University Foreign Studies, Korea, pp 15-36
- Jing Z. 2012. Influence of the service quality of university cafeterias on the satisfaction of Chinese students in south Korea. Master's degree thesis, Daegu University, Korea, pp 49-52
- Jung HY, Jeon ER. 2011. Preference for Korean food and satisfaction of dormitory foodservice by Chinese students studying at Mokpo national university. *J. Korean Soc. Food Sci. Nutr.*, 40(2):283-289
- Kim SK. 2018. Cultural adaptation stress and social emotional adaptation among international students: Mediating of interpersonal relationships and length of stay. *Locality & Globality: Korean J. Soc. Sci.*, 42(2):127-149
- Lee HJ, Lee MJ. 2019. A study on international student policies in Korea. *J. Human. Soc. Sci.*, 10(4):235-247
- Lee YS, Kim EH. 2015. Chinese international students' types of acculturation, acculturative stress, and adjustment to college. *Korean J. School Psychology*, 12(3):295-316
- Li G. 2013. The Change of dietary environment and snacking habits of Chinese students in south Korea. Master's degree thesis, Gachon University, Korea, pp 21-27
- Lim C. 2009. Acculturative stresses and adjustment elements of Chinese students' studying in Korea. *Korean J. Human Ecology*, 18(1):93-112
- Lu R. 2016. The study of dietary habits, convenience foods recognition and intake on Chinese students in Korea. Master's degree thesis, Gachon University, Korea, pp 19-38
- Lysgaard S. 1995. Adjustment in a foreign society: Norwegian Fulbright grantees visiting the United States. *International Social Science Bulletin*, 7:45-51
- Moon SJ, Song JS. 2012. Study on food quality of Korean restaurants, customer satisfaction, and revisit intentions in Chinese university or college students -Focused on different awareness of Korean food-. *J. Korean Soc. Food Cult.*, 27(3):285-293
- Ogunsanya ME, Bamgbade BA, Thach AV, Sudhapalli P, Rascati KL. 2018. Determinants of health-related quality of life in international graduate students. *Curr. Pharm. Teach. Learn.*, 10(4):413-422.
- Oh HY, Lee YH. 2018. Difficulties of International students recognized by professionals and psychological support plan. *J. Korean Soc. Wellness*, 13(4):101-121
- Phan H. TT. 2018. A Study on university educational adaption of Vietnamese students in Korea. Master's degree thesis, Yeungnam University, Korea, pp 18-30
- Ryu SH, Cho YH, Han YR. 2014. Adaptation for Korean foods and satisfaction for foodservice by different residence periods of Chinese and Japanese university students in Daejeon. *J. East Asian Soc. Diet. Life*, 24(1):143-155
- Song F, Kim MJ. 2015. Acculturation, food Intake and dietary behaviors of Chinese college students in Busan by residential period. *J. East Asian Soc. Diet. Life*, 25(4): 594-606
- Xi MZ. 2017. Changes in dietary habits and food intake frequency among Chinese students in Korea. Master's degree thesis, Chung-Ang University, Korea, pp 12-20
- Yu L. A 2013. Study on adaptability and preference of Korean food for Chinese Students. Master's degree thesis, Woosuk University, Korea, pp 31-43
- Yun NY, Choi HS, Lyu ES. 2015. Satisfaction of foodservice in high school boarding students in Busan. *J. Korean Soc. Food Sci. Nutr.*, 44(11):1733-1740
- Zhu JF. 2012. Lifestyle changes and acculturative stress of Chinese international students living in Korea. Master's degree Thesis, Chung-Ang University, Korea, pp 84-85
- Korean Ministry of Education. 2018. Current status of international students at higher education institutions in 2018. Available from <http://www.moe.go.kr> [cited 2018 November 5]