

대학생들의 우유 및 유제품의 소비실태 조사

정인경, 인영민, 이일하*

농촌진흥청 축산기술연구소, *중앙대학교 가정교육학과

우유는 영양학적으로 우수하여 국민의 기초식품으로 자리매김을 하고 있을 뿐아니라 경제성장과 함께 그 소비량이 급증하고 있다. 그러나 우유의 소비는 초등학교 이후 급격하게 감소하여 청·장년기에 이르러서는 소비가 매우 적은 실정이다. 특히 대학생시기의 식생활은 건강유지, 학업증진 및 문화적인 측면에서의 중요성을 가지고 있어 이 시기의 우유섭취가 영양상태에 미치는 영향은 클 것으로 본다. 따라서 본 연구에서는 우유와 유제품의 소비실태와 소비성향에 영향을 미치는 요인들을 분석하기 위하여 서울과 충주지역의 남·여 대학생 306명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 평소의 우유 음용 빈도 조사결과, 남학생의 경우 19.4%, 여학생의 경우 22.5%가 거의 매일 우유를 마시는 것으로 조사되었으며, 우유를 마시는 주된 이유로는 남학생은 음료대용(37.4%)으로, 여학생은 영양이 풍부해서(38.0%)라고 응답한 학생이 가장 많았다. 그리고 남학생은 우유를 수시로 마시는 경우가 가장 많았으며, 여학생은 오후간식으로 우유를 마시는 경우가 가장 많았다. 우유의 영양소에 대한 인지도를 조사한 결과, 남학생의 98%이상, 여학생의 97%이상이 잘 알고 있거나 조금 알고 있다고 응답하였다. 선호하는 우유 종류로는 남·여학생 모두 백색시유로 나타났으며, 우유의 유제품으로는 남·여학생 모두 drink type 요구르트를 가장 선호하고 있었다. 발효유 섭취 실태에 대한 조사결과, 남·여학생 모두 1주일에 2~3회 정도로 섭취하는 경우가 가장 많았으며, 거의 마시지 않거나 전혀 안 마시는 경우도 남학생의 경우 28.0%, 여학생의 경우 32.8%나 되었다. 발효유 섭취에 의해 건강상 호전된 경우를 묻는 질문에 남·여학생 모두 없다고 응답한 경우가 가장 많았으나, 여학생의 39%는 변비개선의 효과가 있다고 응답하였다. 본 연구조사 결과 조사대상 대학생들은 우유의 영양가에 대한 인지도는 매우 높았으나 지속적인 우유소비와 다양한 종류의 유제품 소비가 이루어지지 않는 것으로 분석되었다. 따라서 대학생들에 대한 우유소비 활성화를 위해서는 우유에 대한 소비자 기호도나 소비행동 등의 좀더 심도있는 연구조사가 필요할 것으로 사료된다.