

초등학생의 식품영양표시에 대한 인식 및 이용실태

오세현 · 이양순*

공주대학교 교육대학원 영양교육전공 · 공주대학교 식품영양학과*

A Study on Recognition, Utilization of Food and Nutrition Labelling of Elementary School Students

Sae Hyun Oh · Yang Soon Lee*

Graduate School of Education, Nutrition Education Major

*Department of Food and Nutrition, Kongju National University, Korea

1. 서론

아동기부터 올바른 영양교육을 통한 건전한 식습관이 형성되어야 하며 아동기의 식품구매 증가와 관련하여 식품영양표시는 초등학생의 균형 잡힌 영양섭취와 건강관리에 직접적인 영향을 줄 수 있다. 그러나 식품영양표시 교육이 부족한 실정이고, 식품영양표시 교육의 효율성에 대한 연구가 더 필요하다.

이에 본 연구에서는 초등학생을 대상으로 식습관 및 식행동, 식품표시와 영양표시에 대한 인지도 및 활용도를 조사하여 이를 성별과 지역에 따라 비교·분석함으로써 성장에 중요한 시기에 있는 초등학생들의 건강상태를 개선하기 위한 올바른 식생활교육과 소비자교육에 활용될 수 있는 기초 자료를 제공하고, 또한 식품영양표시제도 확립과 영양교육에 필요한 기초자료를 제공하고자 하였다.

2. 연구방법

본 조사는 초등학생 400명을 대상으로 설문 조사하였다. 조사기간은 2009년 10월 한달 간이며, 초등학생의 식품 영양표시에 대한 이해 및 이용실태조사로서 선행연구를 토대로 일반 사항, 식습관 및 식행동, 식품표시 의 인지도 및 활용도, 영양표시의 인지도 및 활용도, 기대효과를 연구 내용으로 하였다. 수집된 자료의 통계처리는 SPSS Version 12.0을 이용하여 분석하였다. 각 문항별로 백분율, 평균값과 표준편차를 산출하였고, 성별·지역별 로 빈도분석과 교차분석(χ^2 -test)으로 검증하였다. 기대효과 변수에서는 5점 리커트 척도(Likert Scales)를 사용하였으며 T-test로 집단 간의 차이를 검증하였고, 모든 결과는 $p < .05$ 수준에서 유의성을 검증하였다.

3. 연구결과

3.1 연구대상자의 일반사항

조사대상자 400명 중 남자의 응답은 45.5%, 여자의 응답은 54.5%의 비율이었으며, 지역별로는 군지역의 응답은 63.5%, 시지역의 응답은 36.5%였으며, 어머니가 직장에 다니지 않는다는 응답은 55%, 다닌다는 응답은 45%를 차지해 대체적으로 직장에 다니시는 어머니가 많음을 알 수 있었다.

3.2 식습관 및 식행동

간식을 살 때 가장 중요하게 생각하는 것은 맛을 가장 중요시하는 것으로 나타났다. 다이어트를 생각하고 고른다는 경우 여자가 남자에 비해 유의적으로 높게 나타났다($p < .05$). 식품 광고는 구입에 큰 영향을 준다는 경우 여자의 평균이 높게 나타났으며 유의수준 $p < .05$ 에서 유의한 차이를 보였다. 제품의 포장지에 쓰인 내용은 그 제품에 대한 것을 충분히 설명하고 있다는 여자가 남자에 비해 유의적으로 높게 나타났다($p < .01$).

3.3 식품영양표시의 인지도 및 활용도

식품표시에 대한 인식에서는 전체적으로 조금 알고 있다가 (68.3%)로 조금 알고 있다는 응답이 가장 높은 비중을 차지하였으며 성별($p < .01$), 지역별($p < .05$)로 유의한 차이를 보였다. 식품표시 내용 중에서 가장 중요하다고 생각하는 항목으로는 전체적으로 유통기한, 제조년월일(47.3%), 가격(27.0%), 사용된 원료, 원산지(12.8%), 영양성분 표시(10.5%), 제조회사명(1.5%), 내용량(용량, 개수)(1.0%)순으로 유통기한과 제조년월일이 가장 높은 비중을 차지하였다. 성별($p < .05$), 지역별($p < .01$)로는 유의한 차이를 보였다.

<표 1> 기대효과

평균±표준편차

기대효과	성별			지역별		
	남	여	t (p)	군지역	시지역	t (p)
영양 표시를 잘 보면 좋은 식품을 고를 수 있다.	3.76±3.76	3.91±3.91	-1.602 (.110)	3.89±3.89	3.76±3.76	1.274 (.203)
영양표시를 해주면 우리 몸에 해로운 영양소를 덜 먹을 수 있다.	3.69±3.69	3.95±3.95	-2.641 (.009**)	3.92±3.92	3.69±3.69	2.281 (.023*)
각 회사 제품의 영양 표시를 비교하면 내가 원하는 식품을 살 수 있다.	3.33±3.33	3.32±3.32	.135 (.893)	3.31±3.31	3.34±3.34	-.318 (.750)

*p<.05, **p<.01

3.4 기대효과

영양표시에 대한 기대효과는 표1 에서와 같이 “영양 표시를 해주면 우리 몸에 해로운 영양소를 덜 먹을 수 있다”에서 여자의 평균이 .26 높게 나타났고, 유의수준 p<.01에서 유의한 차이를 보였다.

지역별로 살펴보면 “영양 표시를 해주면 우리 몸에 해로운 영양소를 덜 먹을 수 있다”에서만 통계적으로 유의미한 차이를 보였다(p<.05).

3.5 영양교육효과

식품표시나 영양표시에 대해 교육 받은 경험과 관련해서는 전체적으로 있다(30.3%), 없다(69.8%)로 없다는 응답이 두 배 이상 높게 나타났다.

식품표시나 영양표시에 대해 교육 받은 적이 있다면 어디에서였는가 에서는 전체적으로 텔레비전(TV), 인터넷을 통해 교육을 받았다는 응답이 (29.8%)로 가장 높은 비중을 차지하였다.

4. 결론 및 제언

식품표시에 대한 인식에 있어서는 전체적으로 조금 알고 고있다(68.3%)로 가장 높은 비중을 차지하였다. 식품 표시 내용 중에서 가장 중요하다고 생각하는 항목은 유통기한, 제조년월일(47.3%), 가격(27.0%), 사용된 원료, 원산지(12.8%), 영양성분 표시(10.5%), 제조회사명(1.5%), 내용량(용량, 개수)(1.0%) 순으로 나타났다. 이와 관련하여 성별(p<.05), 지역별(p<.01)로는 유의한 차이를 보였다.

영양표시에 대한 인식에서는 전체적으로 조금 알고 있다(61.8%)가 가장 높은 비중을 차지하였고 여자가 남자에 비해, 군지역이 시지역에 비해 높게 나타났다. 식품을 구매할 때 영양표시를 확인하는지에 대해서는 가끔 본다(68.0%)가 가장 많았고, 이도 역시 여자가 남자에 비해,

군지역이 시지역에 비해 높게 나타났다.

식품표시나 영양표시에 대해 교육 받은 곳은 텔레비전과 인터넷에서였다는 응답이 가장 높았다.

본 연구 결과 초등학교 아동들은 가공식품을 구입할 때 주로 맛을 중요시하였으며, 영양가가 높지 않고 탄수화물과 당류가 높은 식품 구매빈도가 높았다. 이처럼 습관적으로 구매하는 태도에서 벗어나 영양표시를 반드시 확인하고 구입할 수 있도록 실천위주의 효과적인 영양교육이 필요하겠다. 더 나아가 가공식품의 식품영양표시가 초등학교생들이 흥미를 일으킬 수 있도록 알기 쉽고 잘 이해할 수 있도록 만들어져야 할 것이다.

참 고 문 헌

박선성, 김나영, 한명주. (2008). 중학생의 가공식품에 대한 선호도와 식품·영양표시에 대한 인식도, 한국식품조리과학회지, Vol. 24, No. 2, pp. 164~173.