

식품영양학 전공 여대생과 비전공 여대생의 외식산업식품에 대한 식생활 태도 조사

강남이* · 조미숙

서울보건전문대학 식품영양과*, 배화여자전문대학 식품영양과

A Study of Dietary Attitude on the Product of Food Service Industry in Nutrition Major and Non-Major College Women

Nam-E Kang*, Mi-Sook Cho

*Dept. of Food & Nutrition, Seoul Health Junior College, Seongnam 461-250, Korea**

Dept. of Food & Nutrition, Baewha Women Junior College, Seoul 110-044, Korea

Abstract

This survey was carried out to investigate the effects of dietary attitude on the nutrition knowledge, food habits and the intake of instant food, convenience food and fast food between two groups of college women, a nutrition major group and nutrition non-major one. Questionnaires were completed by 214 nutrition majors and also by 145 non-majors. Nutrition majors showed better average in meal time regularities per week than nutrition non-majors. And nutrition non-majors had a higher frequency rate in taking of instant food and fast food than nutrition majors. In the case of both college women, those who take a meal regularly at each meal times have a higher score in food habits. The women who ate instant foods more frequently got a lower score in food habits, but the frequency of the intake of instant foods did not affect the score of nutrition knowledge. On the other hand, the women who had fast foods more frequently got a higher score in food habits and lower score in nutrition knowledge. When college women have a little of nutrition knowlege, they have a tendency to keep their meal time regularity and right dietary attitude pattern. In the dining-out pattern, the college women liked to eat flour foods and they preferred western foods than Korean foods. The motivation of food selection was for convenience and for time saving which were the reason for satisfaction to the products of food service industry. The products of food service industry were found to be unsatisfactory in nutrition and sanitation. Therefore, we must be more aware of preventing the disappearance of Korean traditional foods and for developing dietary culture successively, the products of food service industry which are more suitable for Korean should be developed.

Key words : Nutrition knowledge, food habits, nutrition major or non-major, convenience food, food service industry

서론

우리나라의 식생활 형태는 소득수준의 증가와 여가생활의 증대 및 인구의 도시 집중화, 핵가족화, 여성의 사회 진출 증대 등에 따라 많이 변모하였고, 이러한 급격

한 사회 변화는 식생활의 국제화와 가공식품화, 식생활의 레저화 양상을 가져왔다. 최근 인스턴트 식품에 대한 기호도가 증대되고 있으며, 특히 주목할 것은 외식이 일반화되면서 외식산업이 번창하게 되었다는 것이다¹⁾. 외식산업(food service industry)은 생활이 바쁜 사람들이 신속하게 먹을 수 있는 간단한 식사를 판매하는 것으로 식품산업, 식품서비스 산업과 같은 의미를 가진다. 식생활을 혁신시키는 다양하고 새로운 형태의 식품들이

Corresponding author : Nam-E Kang

²⁾ 다음에 따라 이러한 식품들에 대한 정의가 명확히 구별되지 않은채 인스턴트식품(instant food), 편의식품(convenience food), 가공식품(processed food) 또는 즉석식품(fast food)등으로 혼용되며 식생활에 새로운 위치를 차지하고 있다³⁾.

우리나라도 최근 여러 외식산업의 형태중 패스트푸드 상점이 매우 빠른 속도로 성장, 보급되고 있다고 한다¹⁾. 외식산업이 급격한 사회 변화속에서 빠르게 일반화 되어 가는 배경에는 소득증대 및 소득의 평준화, 소비의식 및 패턴의 변화, 식생활의 레저화, 도시화의 진전, 젊은 연령층의 증가, 여성의 사회 참여 증가, 주부의 시간가치 상승, 핵가족화 등의 많은 요인이 관여하고 있다. 특히 문화의 서구화 현상이 우리의 식생활에 깊숙히 침투하면서 패스트푸드의 이용이 급증하고 있으나 국내의 패스트푸드점은 주로 외국의 유명업체와 기술 제휴 및 합작을 하고 있고 매우 비싼 로얄티를 지불하고 있는 실정이다^{4,5)}.

그러므로 본 연구에서는 전통적인 식생활문화의 계승을 위해 한국적인 맛과 기호에 맞는 전통적인 외식산업 식품의 개발과 함께 로얄티 지불이 없는 보완된 형태의 국내 브랜드의 개발을 촉구하는 의미에서, 외식산업의 발달과 함께 성장한 세대인 여대생 중에서 식품영양학을 전공한 여대생과 비전공 여대생을 대상으로 식생활 태도를 알아보고 영양지식 및 식습관 점수가 식생활 태도에 미치는 영향과 식생활 태도에 따른 체격 지수를 조사하였다. 또한 외식산업 식품섭취 실태를 알아보기 위해 가공식품과 편의 식품의 섭취횟수, 섭취형태, 외식형태, 선택동기, 만족도, 간식섭취 실태, 식품구매시 선택하는 식품의 종류 및 고려사항 등을 조사하였다.

조사대상 및 방법

1. 조사 대상 및 시기

본 연구는 식품영양학을 전공하는 여대생 214명(전북 전주우석대학생 78명, 경기도 성남시 서울보건전문대학생 136명)과 식품영양학을 전공하지 않는 여대생 145명(전주지역 80명, 서울지역 65명)을 대상으로 24시간 기억법을 이용하여 식생활 태도, 외식산업 식품섭취실태, 체격지수 등을 조사하였으며 분석상 자료가 정확하다고 인정되는 자료만을 분석하였다. 조사기간은

1990년 6월 4일~8일로 정상시의 자료를 얻을 수 있는 평일중 임의의 1일을 선택하여 조사하였다.

2. 조사 내용 및 방법

1) 영양지식 조사

영양지식에 관한 설문내용은 송¹⁾과 김³⁾의 연구에서 사용된 내용을 변형하여 작성한 20개항의 질문에 정, 오로 답하도록 하였고 각 문항마다 1점씩을 배점하여 20점 만점으로 평가하였다. 또(맞는 답의 수/문항수)×100으로 계산하여 영양지식의 정확도를 구하였다.

2) 식습관 조사

송¹⁾, 이²⁾ 등이 사용한 균형식사에 대한 설문내용 10항으로 조사하였다. 설문내용 10항에 대하여 1주일간의 섭취 해당 횟수 1~2일, 3~5일, 6~7일에 표하게 하여 각각에 0점, 0.5점, 1점을 주어 총점을 구하였고 총점이 8.5~10점이면 excellent, 6.5~8.4점이면 good, 4.5~6.4점이면 fair, 4.5점 미만이면 poor로 4단계 평가를 하였다.

3) 식생활 태도조사

식생활 태도조사는 설문지를 이용하여 1주일중 규칙적인 식사 일수, 인스턴트식품의 섭취빈도, 패스트푸드 식사 섭취빈도를 조사하였다.

4) 외식산업식품 섭취실태조사

외식산업 식품섭취실태를 조사하기 위해 가공식품 및 편의식품, 즉석식품을 구별하도록 몇가지 식품의 예를 열거하였다. 그 내용으로는 외식산업식품섭취 및 외식실태조사, 외식산업식품의 선택동기순위, 외식산업식품에 대한 만족도, 간식섭취 실태, 식품구매시 선택순위 및 고려사항 순위를 조사하였다.

5) 신체계측조사

전공, 비전공 여대생의 평균 신장과 체중, 체격지수로 체지방량과 상관계수가 높은 BMI(body mass index)는 $\text{weight(kg)}/\text{height(m)}^2$ 으로 계산하여 식생활 태도의 변수들과 비교하였다.

3. 자료처리

1) 식생활태도는 χ^2 -test로 두 집단간의 유의성을 검증하였고 영양지식 및 식습관 점수에 따른 식생활태도와 관계는 2원변량 분석하였다.

2) 외식산업식품의 섭취실태를 조사하기 위해 가공

및 편의식품 섭취와 외식조사, 외식산업식품의 선택동기 순위와 만족도, 간식섭취실태, 식품구매시 선택식품 및 고려사항 순위에 대해 각각 χ^2 -test로 두 집단간의 유의성을 검증하였다.

3) 신체계측 조사는 전공, 비전공 여대생 집단의 체중, 신장, 체격지수로 BMI의 평균을 구하였고 χ^2 -test에 의해 두 집단간의 유의성을 검증하였다. BMI와 1주일중 규칙적인 식사일수, 인스턴트 식품섭취 빈도, 패스트푸드 식사빈도와와의 상관관계를 Pearson의 correlation을 구하여 검증하였고 두 집단간의 이론 변수들에 따른 체격지수와와의 관계를 2원 변량 분석(two way ANOVA)을 하였다.

결과 및 고찰

1. 식생활 태도조사

식생활 태도를 조사하기 위해 1주일 간의 규칙적인 식사일수, 인스턴트식품의 섭취빈도, 패스트푸드 식사 섭취빈도를 알아 보았다. 규칙적인 식사일수는 Table 1에서와 같이 1주일중 규칙적으로 식사를 한 일수가 4일 이하인 경우가 식품영양학을 전공한 여대생은 60.7%, 비전공 여대생은 69.6%로 유의적이지는 않지만 전공

여대생이 비전공 여대생보다 비교적 하루 3개의 규칙적인 식사를 하는 날이 많았다. 그러나 강³⁾의 주부집단에 비해서 전체적으로 여대생 집단이 유의적으로 식사를 불규칙적으로 함을 보여 주었다. 인스턴트식품의 섭취 빈도는 1주일중에 섭취횟수가 2일 이하인 경우가 두 집단 모두 비슷하게 41%정도이며 3일 이상이나 매일 먹는 경우도 59%나 되었으며 이는 국민학교 아동대상⁵⁾의 가공식품 섭취실태조사에서의 주 3회 이상이나 매일 먹는 경우가 56%인 결과와 비슷한 섭취빈도를 나타내고 있다. 그러나 주부들을 대상으로한 강³⁾의 연구 결과인 16%정도의 섭취비율과 비교해 보면 젊은 세대에서의 인스턴트식품의 이용 및 관심도가 크다고 하겠다.

패스트푸드식사에 대한 섭취빈도를 보면 1주일중 식사빈도가 3일 이상인 경우 전공 여대생 18.7%, 비전공 여대생 28.3%로 한⁴⁾의 조사에서 여대생이 21%정도인 것과 비슷하게 나타나 청소년층에서 패스트푸드점 이용이 급격히 증가하고는 있지만 아직은 70~80%의 여대생들은 아직까지 우리나라의 전통적인 식생활에서 많이 벗어나지 않는 식생활을 보여 손⁶⁾의 조사에서 청소년들의 편의식품의 사용빈도가 크게 증가하지 않았다는 보고와 일치하였다.

Table 1. Percentage of subjects by dietary attitude survey

[Unit : Respondent %(n)]

Frequency per week	Group	Major	Non-major	χ^2
Meal time regularity	0 to 2	24.3 (52)	32.4 (47)	N.S
	3 to 4	36.4 (78)	37.2 (54)	
	5 to 6	31.8 (68)	22.1 (32)	
	7 days	7.5 (16)	8.3 (12)	
	Total	100.0 (214)	100.0 (145)	
Instant food intake frequency per week	0 to 2	41.5 (89)	41.4 (60)	N.S
	3 to 5	43.5 (93)	44.1 (64)	
	6 to 7	15.0 (32)	14.5 (21)	
	Total	100.0 (214)	100.0 (145)	
Fast food intake frequency per week	0 to 2	81.3 (174)	71.7 (104)	N.S
	3 to 5	15.4 (33)	26.2 (38)	
	6 to 7	3.3 (7)	2.1 (3)	
	Total	100.0 (214)	100.0 (145)	

N.S: No significant

2. 영양지식점수, 식습관점수와 식생활태도와의 관계

Table 2에서 나타난 것처럼 일주일 중 규칙적인 식사 일수는 전공 여대생의 경우 영양지식점수와 무관하였으나, 비전공 여대생은 영양지식 점수가 높을수록 규칙적인 식사를 한 날이 많은 것으로 나타났다. 따라서 단편적인 영양지식이라도 가지고 있으면 규칙적인 식사를 할 수 있는 올바른 식생활태도를 보이는 경향이므로, 바른 영양지식을 습득할 수 있는 영양교육의 기회를 위해 영양에 관련된 교양과목의 확대가 필요함을 증명한다고 하겠다. 식습관 점수가 높을수록 전공·비전공 여대생 모두 규칙적인 식사를 한 것으로 나타났다.

1주일중 인스턴트 식품의 섭취빈도는 전공, 비전공 여대생 모두 영양지식 점수와 무관하나, 식습관 점수가 높을수록 인스턴트 식품의 섭취가 유의적으로 적었다.

1주일중 패스트푸드 식사섭취 빈도에서는 전공, 비전공 여대생 모두 영양지식 점수와 무관하나, 식습관 점수는 두 집단 모두에서 유의적으로 식습관 점수가 좋을수록 패스트푸드식사를 자주 하는 것으로 나타나 이는 인스턴트 섭취빈도와는 다른 양상을 보였다.

Carruth⁷⁾ 등이 바람직한 식행동과 상관관계를 가지는 요인으로 영양지식 정도보다 '태도의 융통성'을 지적하였듯이 본 조사에서 여대생 집단의 영양지식 점수와는 상관이 없는 반면에 식행동을 반영하는 식습관의 점수가 좋을수록 패스트푸드 식사를 자주 한다는 상이한 결과는 그러한 '식생활 태도의 융통성'을 나타내는 것으로 생각된다. 즉 인스턴트 식품과 패스트푸드 식사에 대한 인식 및 기호에 있어서 가치관의 세대차가 있음을 보여 주는 것으로 이는 전⁸⁾의 조사에서 청소년층의 85%가 패스트푸드 식당을 이용한다고 하였으므로 청소년층을 포함한 젊은 세대에서 외식산업에 대한 관심도나 이용도가 커지는 경향을 알 수 있다.

3. 외식산업 식품 섭취실태

1) 가공 및 편의식품 섭취 및 외식실태조사

가공 및 편의식품에 대한 식생활태도 조사는 Table 3과 같다. 1주일 동안의 식사중 가공식품 및 편의식품의 섭취횟수는 전공, 비전공집단 모두에서 비슷하여 1주일에 3~4회 정도 먹는 경우가 많았으며 '전혀 안먹는 경우'는 전공생이 1.4%, 비전공생이 0.7%으로 낮은 비율

을 나타내고 강³⁾의 연구에서 어머니 집단보다는 여대생이 가공 및 편의 식품을 더 자주 섭취한다는 결과나 젊은 연령일수록 인스턴트식품 및 패스트푸드 식사를 더욱 좋아한다는 보고들^{1,2,4)}과도 일치한다.

본 조사에서 대상으로 한 여대생들의 세대는 식습관이 형성되는 어린 시기를 식품산업의 고도 성장기인 1970년대⁹⁾에 보냈고 청소년 시기는 다양한 가공식품 중에서도 스스로 섭취하기에 편리한 식품들을 선호하는 경향⁸⁾으로 이러한 요인들이 가정에서의 규칙적인 하루 3끼의 식사를 저해하며 영양불균형의 문제 등도 야기시킬 수 있는 요인으로 작용을 할 수도 있다고 하겠다. 특히 안¹⁰⁾의 보고에 의하면 외식 식품중 면류와 밥류의 열량 및 단백질함량이 한국인 영양권장량의 1끼 영양필요량에 못 미친다고 하였고, 김¹¹⁾의 보고에서 빠른 속도로 자리잡은 패스트푸드식사의 영양 및 품질면의 불안정은 소비자 건강의 위협이 됨을 시사한 바와 같이 본 조사에서도 여대생의 가공 및 편의 식품의 섭취형태 및 외식형태에서 분식이 차지하는 비율이 가장 높아서 영양불균형의 문제가 초래 될수 있다고 생각된다.

가공식품 및 편의식품 섭취형태와 외식시 섭취형태를 살펴보면, 분식류, 양식류, 한식류의 순으로 섭취하고 있었는데 분식류는 각각 전공 여대생 70.1%, 47.2%, 비전공 여대생 74.5%, 42.1%였고 다음으로 양식류의 섭취가 전공생 15.9%, 25.2%, 비전공생 10.3%, 29.7%이었고 한식류를 섭취하는 비율은 전공생이 9.8%, 20.6%, 비전공생이 9.0%, 20.7%으로 가장 낮은 섭취 비율을 나타내고 있었다. 이런 결과를 강³⁾의 연구에서의 어머니 집단의 32.9%, 60.7%와 비교해 보면 연령이 많은 어머니층이 여대생층보다는 전통음식의 기호가 높고 ^{6,10,12)} 젊을수록 서양식 레스토랑을 찾는다라는 보고¹³⁾와 일치한다고 하겠다.

외식시기를 보면 전공 여대생은 60%가 점심에 이용하고 비전공 여대생은 53%가 저녁에 외식을 한다고 하였다. 이와 같이 어머니 세대보다는 여대생들에서 가공, 편의 식품의 섭취가 증가하고 그 섭취형태도 한식류가 적은 결과는 패스트푸드점에 자주 가는 학생일수록 외국음식이 더 맛이 있다고 응답한 보고⁷⁾ 및 외식횟수(응답자의 36.6%)가 점차 증가하고 있고 편의 식품이 편의성, 시간 절약면에서 점차 주부들을 충족시켜 그 이용도가 증가하고 있는 추세¹⁴⁾라고 보고한 연구결과 등과

Table 2. Dietary attitude according to the score of nutrition knowledge and food habits

			Nutrition knowledge score	Food habits score	
1. Meal time regularity per week	A	0 to 2	14.0 (52)	3.8 (52)	
		3 to 4	14.2 (78)	4.5 (78)	
		5 to 6	13.8 (68)	5.2 (68)	
		7 days	13.9 (16)	6.0 (16)	
	B	0 to 2	13.0 (47)	3.4 (47)	
		3 to 4	13.5 (54)	3.8 (54)	
		5 to 6	14.0 (32)	5.0 (32)	
		7 days	14.0 (12)	5.3 (12)	
Significant Effect Factor			a* b' ab'	c** d*** cd'	
2. Instant food Intake frequency per week	A	0 to 2	14.1 (89)	4.7 (89)	
		3 to 5	14.2 (93)	4.6 (93)	
		6 to 7	13.5 (32)	4.5 (32)	
	B	0 to 2	13.6 (60)	4.1 (60)	
		3 to 5	13.4 (64)	4.1 (64)	
		6 to 7	13.7 (21)	3.8 (21)	
	Significant Effect Factor			a* e' ae'	c** f' cf'
	2. Fast Food intake frequency per week	A	0 to 2	14.0 (174)	4.6 (174)
3 to 5			14.0 (33)	4.6 (33)	
6 to 7			14.0 (6)	5.0 (6)	
B		0 to 2	13.6 (104)	3.9 (104)	
		3 to 5	13.3 (38)	4.3 (38)	
		6 to 7	14.3 (3)	5.0 (3)	
Significant Effect Factor			a* g' ag'	c*** h' ch'	

A:Major, B:Non-major

ag : 2-way interaction

' : Non significant, *p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

ch : 2-way interaction

a : Effect of between two groups and the score of nutrition knowledge by F-test

b : Effect of between meal time regularity per week and the score of nutrition knowledge by F-test

ab: 2-way interaction

c : Effect of between two groups and the score of food habits by F-test

d : Effect of between meal time regularity per week and the score of food habits by F-test

cd: 2-way interaction

e : Effect of between instant food intake frequency per week and the score of nutrition knowledge by F-test

ae: 2-way interaction

f : Effect of between instant food intake frequency per week and the score of food habits by F-test

cf: 2-way interaction

g : Effect of between fast food use frequency per week and the score of nutrition knowledge by F-test

h : Effect of between fast food use frequency per week and the score of food habits by F-test

Table 3. Survey of instant food and convenience food intake and dining out meals

[Unit : Respondent %(n)]

Item	Frequency	11 over times	7~10 times	3~6 times	1~2 times	0 times	Total times	χ^2
1. Frequency of intake per week (in 21times)	A	5.6 (12)	27.1 (58)	50.0 (107)	15.9 (34)	1.4 (3)	100.0 (214)	N.S
	B	5.5 (8)	30.3 (44)	42.8 (62)	20.7 (30)	0.7 (1)	100.0 (145)	

Item	Pattern group	Korean food	Western food	Japanese food	Chinese food	Flour food	The others	Total	χ^2
2. Meal pattern	A	9.8 (21)	15.9 (34)	0.9 (2)	1.4 (3)	70.1 (150)	1.9 (4)	100.0 (214)	N.S
	B	9.0 (13)	10.3 (15)	0.7 (1)	1.4 (2)	74.5 (108)	4.1 (6)	100.0 (145)	
3. Dining out pattern	A	20.6 (44)	25.2 (54)	- (0)	6.1 (13)	47.2 (101)	0.9 (2)	100.0 (214)	N.S
	B	20.7 (30)	29.7 (43)	0.7 (1)	5.5 (8)	42.1 (61)	1.4 (2)	100.0 (145)	

Item	Time	Breakfast	Lunch	Dinner	Total	χ^2
4. Dining out time	A	-	60.3 (129)	39.7 (85)	100.0 (214)	7.2*
	B	-	46.9 (68)	53.1 (77)	100.0 (145)	

*p<0.05

함께 젊은 세대들에서 점차로 편의 식품 사용이 증가하며 입맛도 전통음식에서부터 서양식으로 변화함을 알 수 있었다. 또한 한⁴⁾의 연구에서 대부분의 경우 패스트푸드점을 간편하고 쾌적하여 친구들과 어울릴 수 있는 장소로 대학생의 49%가 한달에 1~3회 정도를 이용하고 있었다. 그러나 로알타를 지불하는(79%) 외국 브랜드의 패스트푸드점의 이용을 삼가하거나 이용하지 말아야겠다는 생각을 동시에 하고 있으므로 국내의 패스트푸드점의 개발을 촉구함과 함께 다음 세대를 이어갈 대학생에 있어서 전통음식의 소멸을 막고 한국적인 맛을 가진 우리 식성에 맞는 전통적인 식품의 외식산업의 식품개발이 시급하다고 하겠다.

2) 외식산업식품의 선택동기

외식산업식품의 선택동기를 보면 Table 4에서와 같

이 전공, 비전공 여대생 모두 1위는 간편도(전공 45.3%, 비전공 44.8%), 2위는 시간절약(25.2%, 25.5%), 3위는 전공생은 시간절약(21.5%), 비전공생은 가격적당(24.1%)으로 나타났으며 순위상관은 유의적이지는 않았다. 전체 평균순위를 보면 전공 비전공 여대생 모두 1위가 간편도, 2순위가 시간 절약, 3순위가 기호도로 나타났고 특히 광고에 의한 충동구매동기가 전공 여대생이 4위, 비전공 여대생이 5위로 나타나 광고가 상품선택시 참고가 되며 학력이 높을수록 광고가 더 필요하다고 보고¹⁴⁾한 것으로 미루어 광고가 범람하고 있는 시대에서 자란 젊은 세대는 외식산업 식품의 선택시 광고의 영향을 많이 받을 것으로 생각되므로 올바른 식품의 선택을 위한 정확한 영양정보를 얻는 것이 중요하다고 하겠다.

Table 4. The motive order of selecting convenience food, instant food, fast food

[Unit : Respondent %(n)]

	Major (n=214)				Non-major (n=145)			
	1st	2nd	3rd	Total	1st	2nd	3rd	Total
Preference	25.2 (54)	14.5 (31)	13.1 (28)	17.6 (113)	22.8 (33)	8.3 (12)	12.4 (18)	14.5 (63)
Food habits	5.1 (11)	7.0 (15)	11.7 (25)	7.9 (51)	7.6 (11)	13.8 (20)	9.0 (13)	10.1 (44)
Impulsive purchase (Companion & advertisement)	10.3 (22)	13.1 (28)	15.4 (33)	12.9 (83)	11.0 (16)	6.9 (10)	16.6 (24)	11.5 (50)
Attention	0.5 (1)	3.3 (7)	7.0 (15)	3.6 (23)	—	2.1 (3)	2.8 (4)	2.5 (7)
Nutrition	0.9 (2)	1.4 (3)	0.9 (2)	1.1 (7)	—	2.8 (4)	1.4 (2)	2.1 (6)
Convenience	45.3 (97)	22.9 (49)	16.4 (35)	28.3 (181)	44.8 (65)	26.2 (38)	13.8 (20)	28.3 (123)
Time saving	8.4 (18)	25.2 (54)	21.5 (46)	18.4 (118)	9.0 (13)	25.5 (37)	17.9 (26)	17.5 (76)
Sanitation	—	0.5 (1)	2.3 (5)	0.9 (6)	4.8 (7)	0.7 (1)	1.4 (2)	2.3 (10)
Reasonable price	4.2 (9)	11.2 (24)	10.7 (23)	8.7 (56)	—	12.4 (18)	24.1 (35)	13.3 (53)
Employed mother	—	0.9 (2)	0.9 (2)	0.6 (4)	—	—	—	—
The others	—	무응답 0.9(2)	무응답 0.9(2)	—	—	무응답 1.4(2)	0.7 (1)	—

3) 외식산업 식품에 대한 만족도

가공식품 및 편의식품에 대한 만족도를 보면 Table 5에서와 같이 모든 항목에서 전공 여대생, 비전공 여대생의 각각의 경우 '만족하다'가 33.1%, 25.3%, '보통이다'가 52.2%, 49.4%, '불만족스럽다'가 14.7%, 12.9%로 나타나 전공 여대생이 비전공 여대생보다 가공 및 편의식품에 대해 더 만족하고 있는 것으로 나타났다.

또한 항목별로 만족도를 살펴보면 '만족하다'고 응답한 경우 그 이유로는 전공, 비전공생 여대생에서 모두 각각 간편함(82.7%, 69.0%), 시간절약(73.4%, 66.2%), 기호도(30.8%, 26.9%)순이었다. 이것은 김¹⁵⁾의

인스턴트 식품에 대한 인식 정도 연구에서 편리하다는 항목이 가장 높은 결과와 일치한다. '보통이다'라고 응답한 경우는 전공 여대생의 경우는 식습관(73.8%), 가격(64%), 기호(63.6%) 순이었으며 비전공 여대생은 식습관(83.4%), 기호(71.0%), 영양(62.1%)순이었다. '불만족하다'고 응답한 경우는 전공, 비전공 여대생 모두 영양(30.9%, 33.8%), 위생(30%, 32.4%), 가격(22.9%, 22.8%)순으로 나타났다.

한편 즉석식품에 대한 만족도는 Table 6과 같이 모든 항목에서 '만족하다', '보통이다', '불만족하다'가 전공 여대생의 경우 30.8%, 49.8%, 19.4%였으며 비전공생

Table 5. Degree of satisfaction about instant food and convenience food

	Major				Non-major				χ^2
	Satisfaction	Average	Dissatisfaction	Total	Satisfaction	Average	Dissatisfaction	Total	
Food preference	30.8 (66)	63.6 (136)	5.6 (12)	100.0 (214)	26.9 (39)	71.0 (103)	2.1 (3)	100.0 (145)	4.0 ⁺
Food habits	15.9 (34)	73.8 (158)	10.3 (22)	100.0 (214)	9.0 (13)	83.4 (121)	7.6 (11)	100.0 (145)	4.9 ⁺
Nutrition	6.5 (14)	62.6 (134)	30.9 (66)	100.0 (214)	5.5 (8)	62.1 (90)	32.4 (47)	100.0 (145)	0.22 ⁺
Convenience	82.7 (177)	15.9 (34)	1.4 (3)	100.0 (214)	69.0 (100)	29.0 (42)	2.0 (3)	100.0 (145)	9.3 ^{**}
Time saving	73.4 (157)	24.8 (53)	1.8 (4)	100.0 (214)	66.2 (96)	31.0 (45)	2.8 (4)	100.0 (145)	2.2 ⁺
Sanitation	9.3 (20)	60.7 (130)	30.0 (64)	100.0 (214)	8.3 (12)	57.9 (84)	33.8 (49)	100.0 (145)	0.64 ⁺
Price	13.1 (28)	64.0 (137)	22.9 (49)	100.0 (214)	17.2 (25)	60.0 (87)	22.8 (33)	100.0 (145)	1.24 ⁺
The others	0.5 (1)	2.8 (6)	0.9 (2)	4.2 (9)	—	0.7 (1)	—	0.7 (1)	4.12 ⁺
Total	33.1 (496)	52.2 (782)	14.7 (220)	100.0 (1498)	25.3 (293)	49.4 (573)	12.9 (140)	100.0 (1006)	

+ : No significant

** : p < 0.01

여대생은 23.0%, 50.0%, 14.6%로 즉석식품에 대해 비전공생보다 전공생이 더 만족하는 것으로 보이며 '만족하다'고 응답한 경우 그 이유로는 전공생은 간편함(67.8%), 시간 절약(67.3%), 기호(31.8%) 순이었으며 비전공생은 시간 절약(63.5%), 간편함(58.6%), 기호(22.1%) 순으로 나타났다. '보통'인 경우는 전공, 비전공 여대생 모두 식습관(70.6%, 75.9%), 가격(62.6%, 66.9%), 기호(57.9%, 70.3%) 순으로 미국에서 실시한 조사에서 패스트푸드 식당을 찾는 이용자들의 선택 기준은 영양가보다는 기호나 가격이 더 중요한 요인이었다는 결과⁵⁾와 비슷한 결과를 보이고 있다. '불만족하다'는 경우도 전공, 비전공생간의 차이가 없이 위생(40.2%, 38.2%), 영양(36.9%, 27.6%), 가격(26.2%, 21.4%) 순으로 나타나 가공 및 편의식품의 만족도와 비슷한 경향이였다.

전⁶⁾의 연구에 의하면 패스트푸드점의 위생상태에 대해 이물질의 발견 경험이 전체 응답자의 18.3%였던 보고를 본 조사에서 위생에 대한 불만족한 정도가 1위인 결과를 관련지위 보면 패스트푸드이용자들에게 불쾌감을 주지 않도록 외식산업업체 종사자들의 세심한 주의가 요구된다. 특히 외식산업식품에 대해 전체적인 인식이 '보통이다'라고 대답한 경우 그 이유가 전공, 비전공생 모두 1위가 식습관인데 이는 여대생이 외식산업식품의 성장과 함께 성장하였으므로 어릴 때부터 식습관에 적응이 되었기 때문이라고 생각된다. 만족한 이유는 간편함과 시간절약 때문이었는데 이는 가공식품 및 편의식품 등 외식산업식품의 발달의 원인이 식생활의 간편화이며, 패스트푸드를 선호하는 이유중 간편함이 1위였던 한⁴⁾의 연구결과와 일치한다. 또한 불만족한 정도는 영양부족과 위생때문이었었는데 외국인인 한국음식점을

Table 6. Degree of satisfaction about fast food

	Major				Non-Major				χ^2
	Satisfaction	Average	Dissatisfaction	Total	Satisfaction	Average	Dissatisfaction	Total	
Food preference	31.8 (68)	57.9 (124)	10.3 (22)	100.0 (214)	22.1 (32)	70.3 (102)	7.6 (11)	100.0 (145)	5.72 ⁺
Food habits	16.4 (34)	70.6 (158)	13.0 (22)	100.0 (214)	11.0 (13)	75.9 (121)	13.1 (11)	100.0 (145)	2.06 ⁺
Nutrition	10.3 (14)	52.8 (134)	36.9 (66)	100.0 (214)	7.6 (8)	64.8 (90)	27.6 (47)	100.0 (145)	5.12 ⁺
Convenience	67.8 (177)	28.0 (34)	4.2 (3)	100.0 (214)	58.6 (100)	37.9 (42)	3.5 (3)	100.0 (145)	5.04 ⁺
Time saving	67.3 (144)	28.0 (60)	4.7 (10)	100.0 (214)	63.5 (92)	31.7 (46)	4.8 (7)	100.0 (145)	0.60 ⁺
Sanitation	11.2 (20)	48.6 (130)	40.2 (64)	100.0 (214)	9.7 (12)	51.7 (84)	38.6 (49)	100.0 (145)	0.42 ⁺
Price	11.2 (24)	62.6 (134)	26.2 (56)	100.0 (214)	11.7 (17)	66.9 (97)	21.4 (31)	100.0 (145)	1.08 ⁺
The others	1.4 (3)	2.3 (5)	0.9 (2)	4.6 (10)	—	0.7 (1)	—	0.7 (1)	4.93 ⁺
Total	30.8 (462)	49.8 (746)	19.4 (290)	100.0 (1498)	23.0 (267)	50.0 (580)	14.6 (169)	100.0 (1016)	

⁺ : No significant

싫어하는 이유중 대부분이 비위생적이라는 점과⁶⁾ 패스트푸드점의 특성조사시 청결이 가장 신경을 써야 하는 특성이라는 보고⁴⁾를 고려하면 위생적이고 가능하면 영양면을 염두에 둔 전통적인 외식산업식품의 개발이 시급하다고 사료된다.

4) 간식섭취 실태조사

1일 간식횟수의 결과는 Table 7에 나타난 바와 같다. 1일 한번 이상의 간식을 섭취하는 응답자는 전공생 95.8%, 비전공생 94.5%로 전공생이 간식을 더 자주 섭취하는 것을 알 수 있었다. Table 8에서 간식을 섭취하는 식품에 대한 선호순위를 살펴보면 유의적이지는 않지만 1위는 음료(전공생 21.8%, 비전공생 24.2%), 2위 간이음식점 간식(전공생 20.4%, 비전공생 22.8%), 3위 우유 및 아이스크림(전공생 19%, 비전공생 15.6%)으로 나타났다. 여대생의 경우, 간이 음식점의 간식으로

떡볶기, 국수류 등을 좋아하는 결과는 모¹⁾, 안¹⁷⁾의 외식시 자주 선택하는 음식조사와 비슷한 결과를 보여 주고 있다. 집에서 조리한 간식에 대해 항목별 종합순위가 전공생 5.1%, 비전공생 5.0%로 간식의 형태보다 1끼 식사 형태의 가공식품 및 편의식품의 섭취가 보편화된 것으로 보인다.

5) 식품 구매시선택 순위 및 고려사항 순위

식품 구매시 선택하는 식품의 순위는 Table 9와 같다. 전공생, 비전공생 모두에서 1위는 집에서 조리할 생식품이었으며(전공생 82.2%, 비전공생 70.3%), 2위는 가공 및 편의식품(전공생 71.0%, 비전공생 65.5%)이고 3위는 즉석식품(전공생 80.4%, 비전공생 71.0%)이었다.

식품선택시 고려하는 사항은 Table 10과 같이 1위는 전공 비전공생 모두 기호였으며(전공생 51.9%, 비전공

Table 7. Daily frequency of snack

Item	Major	Non-major	χ^2
3 Times over	16.4 (35)	13.8 (20)	N.S
1 to 2 times	79.4 (170)	80.7 (117)	
0 times	4.2 (9)	5.5 (8)	
Total	100.0 (214)	100.0 (145)	

Table 8. The selection order of intaking snacks.

[Unit : Respondent %(n)]

	Major				Non-Major			
	1st	2nd	3rd	Total	1st	2nd	3rd	Total
Home made snack	4.2 (9)	2.3 (5)	8.9 (19)	5.1 (33)	5.5 (8)	3.4 (5)	6.2 (9)	5.0 (22)
Milk, milkshake icecream	21.5 (46)	14.5 (31)	21.0 (45)	19.0 (122)	16.6 (24)	17.2 (25)	13.1 (19)	15.6 (68)
Fruits	19.2 (41)	16.4 (35)	11.7 (25)	15.8 (101)	12.4 (18)	15.9 (23)	13.8 (20)	14.0 (61)
Cider, cake, juice soyamilk, coffee etc. beverages	24.3 (52)	27.1 (58)	14.0 (30)	21.8 (140)	29.7 (43)	22.8 (33)	20.0 (29)	24.2 (105)
Ramyeon	10.7 (23)	12.6 (27)	14.0 (30)	12.5 (80)	9.7 (14)	13.8 (20)	11.7 (17)	11.7 (51)
Fried chicken, fried potatoes donuts, hotdogs, rolledrice in laver	2.3 (5)	7.0 (15)	7.0 (15)	5.4 (35)	4.1 (6)	5.5 (8)	9.0 (13)	6.2 (27)
Snacks in the snack bar cookie bread, dockbokki noodle etc.	17.8 (38)	20.1 (43)	23.4 (50)	20.4 (131)	22.1 (32)	21.4 (31)	24.8 (36)	22.8 (99)
the others	-	-	-	-	-	-	1.4 (2)	1.4 (2)

Each order nonsignificant.

Table 9. The selection of the grocery food shopping

[Unit : Respondent %(n)]

	Major				Non-major			
	1st**	2nd	3rd*	Total	1st**	2nd	3rd*	Total
Raw food	82.2 (176)	11.7 (25)	6.1 (13)	100.0 (214)	70.3 (102)	14.5 (21)	15.2 (22)	100.0 (145)
Instant food & convenient food	15.9 (34)	71.0 (152)	13.1 (29)	100.0 (215)	21.4 (31)	65.5 (95)	13.1 (19)	100.0 (145)
Fast food	1.9 (4)	17.3 (37)	80.8 (172)	100.0 (214)	8.3 (12)	20.0 (29)	71.7 (104)	100.0 (145)

*p<0.05, **p<0.01

Table 10. The order of consideration in the food selection

	Major				Non-Major			
	1st**	2nd	3rd*	Total	1st**	2nd	3rd*	Total
Nutrition	20.1 (43)	23.8 (51)	21.0 (45)	21.7 (139)	19.3 (28)	13.1 (19)	20.0 (29)	17.5 (76)
Food Preference	51.9 (111)	18.2 (39)	5.1 (11)	25.1 (161)	52.4 (76)	17.2 (25)	7.6 (11)	25.7 (112)
Food habits	17.3 (37)	14.5 (31)	15.0 (32)	15.6 (100)	6.2 (9)	25.5 (37)	7.6 (11)	13.1 (57)
Sanitation	2.3 (5)	7.5 (16)	7.0 (15)	5.6 (36)	2.8 (4)	6.2 (9)	11.0 (16)	6.7 (29)
Convenience	0.9 (2)	6.6 (14)	7.5 (16)	4.9 (32)	4.1 (6)	11.0 (16)	9.0 (13)	8.0 (35)
Time Saving	—	0.9 (2)	2.3 (5)	1.1 (7)	0.7 (1)	2.1 (3)	9.7 (14)	4.2 (18)
Price	5.1 (11)	22.4 (48)	30.8 (66)	19.5 (125)	9.0 (13)	15.2 (22)	21.4 (31)	15.2 (66)
Attention	0.9 (2)	4.7 (10)	4.2 (9)	3.3 (21)	4.8 (7)	2.8 (4)	4.1 (6)	3.9 (12)
Impulsive Purchase	0.9 (2)	1.4 (3)	4.7 (10)	2.3 (15)	0.7 (1)	3.4 (5)	4.1 (6)	2.7 (12)
By new information	0.5 (1)	—	2.3 (5)	0.9 (6)	—	3.4 (5)	5.5 (8)	4.5 (13)
The others	무응답 0.5(1)		무응답 2.3(5)			무응답 3.4(5)	무응답 5.5(8)	

*p<0.05, **p<0.01

생 52.4%) 2위는 전공생은 영양(23.8%), 비전공생은 식습관(25.5%)이고 3위는 모두 가격(전공생 30.8%, 비전공생 21.4%)순으로 나타났다. 이것은 손⁷⁾의 연구에서 식품선택시 고려하는 점이 맛, 영양에 있다는 보고 및 전⁸⁾의 패스트푸드 음식종류의 선택요인에서도 기호가 1위(68.2%)로 가장 높고, 가격(28.7%), 영양가(10.6%)순이었다는 보고와 한⁴⁾의 패스트푸드 선택기준의 1위가 기호인 것과 일치한다. 식품선택시에 전공, 비전공생 모두 자신이나 가족의 기호에 맞게 식품을 선택하므로 식품 선택시 기호가 중요한 인자라고 할 수 있으며 외식 산업의 증가추세에 따라 우선 우리나라 국민의 기호에 맞으면서 균형된 영양을 고려한 적절한 가격

의 가공 및 편의식품 개발이 중요하다고 할 수 있다.

4. 신체 계측 조사

전공, 비전공 여대생의 체중, 신장 body mass index(BMI)는 선행연구²⁰⁾의 Table 5에 제시되었다. Anthropometric Technique¹⁸⁾에 의한 분류를 보면 BMI의 이상적인 범위(desirable range)가 남녀의 차이가 있어 남자 20~25, 여자 19~24이고, 김¹⁹⁾의 체격 지수에 의한 비만판정에서는 20~24.9를 desirable range, 25~30은 과체중, 30이상을 비만으로 판정한 것과 비교해 보면 본 조사의 전공생과 비전공생의 BMI는 각각 19.87±2.67, 19.37±1.63으로 두 집단간의 유의

적인 차이($P < 0.05$)를 보였으며 둘다 이상적인 범위에 들어갔다.

이러한 여대생 전체의 BMI 평균치와 식생활태도중 1주일 동안의 규칙적인 식사일수, 인스턴트식품 섭취빈도, 패스트푸드 식사 섭취빈도와와의 상관관계는 각각 -0.0323 , 0.0964^* , -0.2869^{**} 로 식사를 규칙적으로 하는 것보다 가공식품의 섭취를 적게 할수록 특히 패스트푸드식사를 적게 섭취할수록 BMI가 높은 유의적인 상관관계를 나타내었다.

결론 및 요약

식품영양학을 전공한 여대생 214명과 비전공생 145명을 대상으로 식생활태도 조사, 영양지식 점수 및 식습관 점수에 따른 식생활 태도와의 관계, 외식산업식품 섭취 실태를 조사한 결과는 다음과 같다.

1. 1주일중 5일 이상 규칙적인 식사일수는 전공생(38.3%)이 비전공생(30.4%)보다 더 많았으며, 1주일중 3일 이상 인스턴트 식품을 섭취하는 빈도는 전공생(58.5%)과 비전공생(58.6%)이 비슷하며 1주일중 3일 이상 패스트푸드 식사빈도는 전공생(18.7%)보다 비전공생(28.3%)이 더 많았다.
2. 전공생, 비전공생 모두 영양지식 점수와 규칙적인 식사일수와는 관련이 없으나, 식습관 점수가 높을수록 규칙적인 식사를 하였다. 또한 전공생, 비전공생 모두 식습관 점수가 높을수록, 인스턴트식품을 자주 먹지 않았고 영양지식 점수와는 무관하였다. 패스트푸드 식사빈도와 영양지식 점수와는 전공생의 경우 무관하였으나 식습관 점수가 높을수록 패스트푸드의 식사빈도가 높았다. 비전공생의 경우 영양지식 점수가 높고, 식습관 점수가 높을수록 패스트푸드 식사빈도가 높았다.
3. 외식산업 식품 섭취실태를 보면 1주일간 가공 및 편의식품의 섭취횟수는 전공생, 비전공생 모두 비슷했으며 그 섭취실태가 분식(전공생 70.1%, 비전공생 74.5%)이 가장 높았고 외식형태도 전공, 비전공생 모두 분식형태를 선호하고 있음 알 수 있었다. 외식 시기로는 전공생의 60.2%가 점심에, 비전공생의 53%가 저녁에 외식을 하는 것으로 나타났다.
4. 외식산업식품의 선택 동기는 전공, 비전공생 모두 1

순위가 간편함, 2순위는 시간절약, 3위는 전공생은 시간절약, 비전공생은 가격 적당으로 나타나 가공, 편의식품이나 즉석 식품을 영양이 풍부한 한끼의 완전한 식사로 선호하기 보다는 간편하고 시간절약이 되는 이유로 선호하고 있음을 보여준다.

5. 외식산업식품의 만족도는 전공생이 33.1%, 비전공생 25.3%가 만족한다고 하였으며 그 이유로는 간편함과 시간절약을 들었고 불만족한 정도는 전공생이 14.7%, 비전공생 12.9%로 그 이유는 영양과 위생때문이었다.
6. 간식섭취의 실태는 하루 1번 이상 간식을 섭취하는 경우가 전공생(95.8%), 비전공생(94.5%) 모두 높았고, 간식으로 섭취하는 1, 2, 3위가 모두 음료, 간이음식점의 간식(떡볶기, 국수류), 우유 및 아이스크림순으로 나타나 여대생은 간식의 경우도 외식산업식품의 섭취가 높음을 보여 주고 있다.
7. 식품 구매시 선택하는 식품이 전공, 비전공생 모두 1, 2, 3위로 생식품, 가공 및 편의식품, 즉석식품 순이었으며 식품 선택시 고려사항은 전공생은 기호, 영양, 가격순이고 비전공생은 기호, 식습관, 가격순으로 나타났다.
8. 여대생 두 집단의 체중, 신장, BMI의 평균치는 선행된 연구의 결과와 같으며 식생활태도가 좋은 사람일수록(인스턴트 및 패스트푸드 식품의 섭취빈도가 낮은 경우) 높은 BMI수치를 보이고 있다.

따라서 경제성장과 더불어 국민소득이 증가하고 식생활 형태가 국제화 및 서구화되어 가면서 편리한 식생활을 추구하게 되고 외식산업의 발달을 가져왔다. 이에 따라 외식산업 발달과 함께 성장한 세대인 여대생들은 전공, 비전공생 모두 외식산업식품의 섭취가 많았으며 그 섭취내용은 한식 형태가 적어 편리하면서도 전통식품의 소멸을 막고 우리의 식생활 문화의 계승발전을 위하여 한국적인 맛을 가진 즉, 우리 기호에 맞는 전통적인 외식산업식품의 개발과 또한 로얄티를 지불하지 않는 국내 브랜드의 패스트푸드점 개발이 필요하겠다. 특히 자라나는 세대들의 외식산업식품에 대한 기호도가 무비판적으로 증가하고 있는 상황임을 생각할 때 외식산업의 빠른 성장과 발전에 따른 맛, 영양, 위생면의 개선 및 연구로 보완된 체제를 갖춰나가야 할 것이며 과학기술의 발달이 뒷받침되어야 할 것이다.

참고문헌

1. 모수미, 김창임, 이심열, 윤은영, 이경신, 최경숙 : 한국식문화학회지, 1(3), 295(1986)
2. 한국영양학회편 : 한국영양자료집, 신광출판사, 서울 p.90(1989)
3. 강남이, 조미숙 : 한국식품영양학회지, 4(1), 45 (1991)
4. 한명주 : 한국식품영양학회지, 7(2), 91(1992)
5. 소인희 : 대한영양사회 학술대회, 98-103, (1992)
6. 손경희, 문수재, 이문영, 최은정, 황혜선 : 대한 가정 학회지, 26(4), 53(1990)
7. Carruth, B.R., Mangel, M. and Anderson, H. L. : Assessing Change-Proneness and Nutrition-Related Behaviors. *J. Amer. Diet. Assoc.*, 70, 47(1977)
8. 전미정, 김복희, 이경신, 모수미 : 대한가정학회지, 28(2), 15(1990)
9. 이동배 : 월간식품산업, pp.30-33(1983)
10. 안숙자 : 한국조리과학회지, 1(1), 82(1985)
11. 김초영, 남순란, 광동경 : 한국식품과학회지, 5(3), 361(1990)
12. 한명규, 장현기, 홍현표, 이성동 : 한국영양식량학 회지, 17(2), 95(1988)
13. 나영아, 윤은숙 : 한국식품영양학회지, 4(2), 187 (1991)
14. 조한용 : 연세대학교 석사학위논문(1982)
15. 김미향, 한재숙, 이효수 : 대한가정학회지, 26(3), 69(1988)
16. 문수재 : 대한가정학회지, 24(2), 63(1986)
17. 안숙자 : 한국식문화학회지, 4(4), 383(1989)
18. Margaret, D.S., Judith, A.G., Catherine, C. : Nutrition Assessment, An Aspen Publication, p.85(1984)
19. 김영실 : 한국영양학회지, 23(5), 337-340(1990)
20. 강남이, 정은자, 송요숙 : 한국식품영양학회지, 5(2), 116~122 (1992)

(1992년 10월 20일 수리)