

청소년의 식생활 만족도에 영향을 미치는 요인 분석

김다정* 강혜정**

Keywords

청소년 식생활 만족도(adolescents' diet satisfaction), 순위 프로빗 모형(ordered probit model), 2015년 식품소비행태조사(Food Consumption Behavior Survey in 2015)

Abstract

The purpose of this study is to examine the food consumption behavior of adolescents by the socio-economic factors of households and to analyze the factors affecting the satisfaction of adolescents' eating habits. This paper used raw data of 'Food Consumption Behavior Survey in 2015' conducted by the Korea Rural Economic Institute. In order to analyze the factors affecting the satisfaction of adolescents' eating habits, an ordered probit model was used. The results showed that the factors affecting adolescents' diet satisfaction were age of food purchaser in the household, household income, and the number of household members. In addition, the main food purchaser's interest in health, the regular eating habits, the number of times adolescents did not eat breakfast for a week, and the fruit snack consumption also affected satisfaction. The higher the age of food purchasers, the greater the number of household members, the lower the tendency of the adolescents to be satisfied with their diet and the higher the monthly average income of the households, the more the adolescents were satisfied with their diet.

차례

- | | |
|-----------|------------|
| 1. 서론 | 4. 분석 결과 |
| 2. 이용한 자료 | 5. 요약 및 결론 |
| 3. 분석모형 | |

* 한국농촌경제연구원 연구원.

** 전남대학교 농업경제학과 교수, 교신저자. e-mail: hjkang@chonnam.ac.kr

1. 서론

청소년기는 체형과 신체의 변화가 급격하게 일어나는 시기로, 왕성한 신체활동량과 과중한 학업량, 성 성숙에 대한 호르몬 작용 등을 이유로 많은 양의 에너지와 영양을 필요로 한다(이의옥 2012). 심리적으로는 변화하는 신체에 대한 적응과 자아정체감 확립의 시기로, 이 시기 자신의 체형에 대한 인식과 식생활 태도는 자아존중감 형성과 밀접한 관련이 있다(강상희 2001). 청소년기의 성숙에 따라 일생의 신체 및 정신적 건강이 결정되고, 나아가 미래의 국민건강이 좌우되는 만큼 올바른 식습관에 따른 균형 있는 영양 섭취와 건강한 식생활이 필요하다. 게다가 청소년기에 형성된 식습관은 성인까지 지속되어 성인소비자의 행동 유형을 결정하므로 미래의 식품수요와 경제발전에도 많은 영향을 미치게 된다(이계임 외 2008).

그러나 『2015년 국민건강통계』에 의하면 영양섭취 부족자 비중이 가장 높은 계층은 청소년층으로 12~18세 영양섭취 부족자가 16.7%에 달한다. 또한 우리나라 청소년의 경우 시간부족으로 인한 불규칙한 식사시간, 아침 결식, 가공·즉석식품 과다 섭취, 다이어트로 인한 결식 등 불건전한 식습관을 가지고 있는 것으로 나타났다. 특히 불건전한 식생활은 취약계층의 청소년에게서 더욱 두드러지게 나타나고 있다. 소득의 양극화로 인한 빈부격차 심화로 취약계층이 확대되었으며, 이들 계층의 식료품 소비는 전체 가구 대비 절반 정도에 불과하고, 소득 수준이 최저생계비 이하인 계층의 경우에는 해당 계층의 1/5 정도가 식품 미보장 상태에 있는 것으로 나타났다(이계임 외 2013).

청소년의 영양섭취 부족 및 불균형적인 식습관은 식생활 만족도와 밀접한 관련이 있으며, 낮은 식생활 만족도는 청소년기의 삶의 질 및 건강에도 악영향을 미치게 된다(김유리 외 2012; 조경희 2013). 청소년기의 식생활 만족도가 개인 건강뿐 아니라 미래의 국민 건강, 식품 수요, 국가경제 등 여러 측면에 영향을 미치는 문제임에도 불구하고 그 중요성이 제대로 인식되지 않고 있다. 또한 청소년 식생활 관련 선행연구 대부분은 식품 섭취나 영양소 섭취 실태 분석에 초점을 맞추었으며, 청소년 식생활 만족도에 미치는 영향을 분석한 연구는 거의 없었다.¹ 박재홍·유소이(2015)는 ‘2015

1 이계임 외(2008)는 한·중·일 청소년의 식품소비 추이와 식품 선호도를 비교한 바 있다. 우남이(2013)는 대구지역 저소득 가정 아동의 성장 상태와 식생활 실태를 조사하였으며, 저소득 가정 아동이 일반소득 가정 아동에 비해 잡곡류, 채소류, 과일류 섭취빈도는 낮고, 계란과 음료 섭취빈도는 높게 나타났다. Peckham et al.(2017)은 미국의 NSLP(National School Lunch Program)에서 학생의 인구사회학적 변수들이 학교급식의 주 식단을 선택하는 데 미치는 영향을 분석한 바 있다.

식품소비행태 조사자료' 원자료를 이용하여, 청소년들이 속한 가구들을 가구 구성을 기준으로 유형화하여 청소년들의 아침식사 실태를 파악하고, 아침 결식과 아침식사 유형 선택에 영향을 주는 요인들을 분석하였다. 분석결과, 가구 유형별 식생활행태가 다르게 나타나 식생활교육의 세분화 및 맞춤형 식생활교육 등이 필요하다고 제시하였다. 그러나 이 연구는 아침식사 행태를 중심으로 청소년 식생활 행태를 분석하였을 뿐 전반적인 청소년의 식생활 만족도에 미치는 영향은 분석하지 않았다.

따라서 본 논문은 관련 선행연구에서 다룬 적이 없는 청소년의 식생활 만족도에 영향을 미치는 요인을 분석하고자 한다. 특히 청소년의 식생활이 청소년의 식생활 만족도에 미치는 영향을 분석하여, 청소년의 건강한 식생활과 건전한 식습관의 중요성을 보여줄 것이다. 분석결과는 청소년의 식생활 만족도를 높일 수 있는 청소년 식생활 정책방안 수립의 기초자료로 활용될 것으로 기대한다.

2. 이용한 자료

본 논문은 한국농촌경제연구원에서 실시한 '2015년 식품소비행태조사'²의 원시자료를 이용하였다. 이 조사는 우리나라 일반가구 및 만 13세 이상 75세 미만의 모든 가구를 대상으로 매년 이루어지며, 2015년 표본가구는 3,312가구로, 성인 가구원 5,830명과 청소년 가구원 642명이 조사에 참여하였다. 가구의 식품·식자재 주 구입자는 대면 면접 조사를, 가구원은 자기기입식 조사를 진행하였다. 본 논문의 분석대상자는 청소년 가구원이 조사된 642가구의 청소년들이다.

설문 응답 청소년은 여학생이 44.5%, 남학생 55.5%로 남학생이 조금 더 많았으며, 연령별로 보면 만 13~15세의 중학생이 46.7%, 만 16~18세의 고등학생이 53.3%로 고등학생이 더 많았다.

조사대상 청소년이 속한 가구의 월평균 소득을 살펴보면, 300만 원 미만 가구가 21.5%, 300만~400만 원 미만 가구가 21.3%, 400만~500만 원 미만 가구가 19.8%, 500만~600만 원 미만 가구가 16.0%, 600만 원 이상 가구가 21.3%였으며, 전체 가구의 평균 소득은 400만~500만 원 수준이

2 식품소비행태조사는 우리나라 전체 국민의 식품 구매행태, 식품 선호 변화, 식품 정책에 대한 만족도 등을 파악하여 식품 공급자인 농업인의 경쟁력을 높이고 식품 수요자인 소비자의 만족도를 향상시키기 위해 2013년부터 시행되었다. 자료는 주 구입자 및 가구원의 연령, 소득, 교육 정도 등 인구통계학적 특성까지 포함하고 있어 식품소비행태를 분석하는 데 유용하다.

었다. 거주 권역은 수도권이 28.3%로 가장 많았으며, 동남권이 21.7%, 충청권이 19.3%로 그 뒤를 이었다. 행정 구역상 동에 거주하는 학생은 81.5%, 읍·면에 거주하는 학생은 18.5%였다.

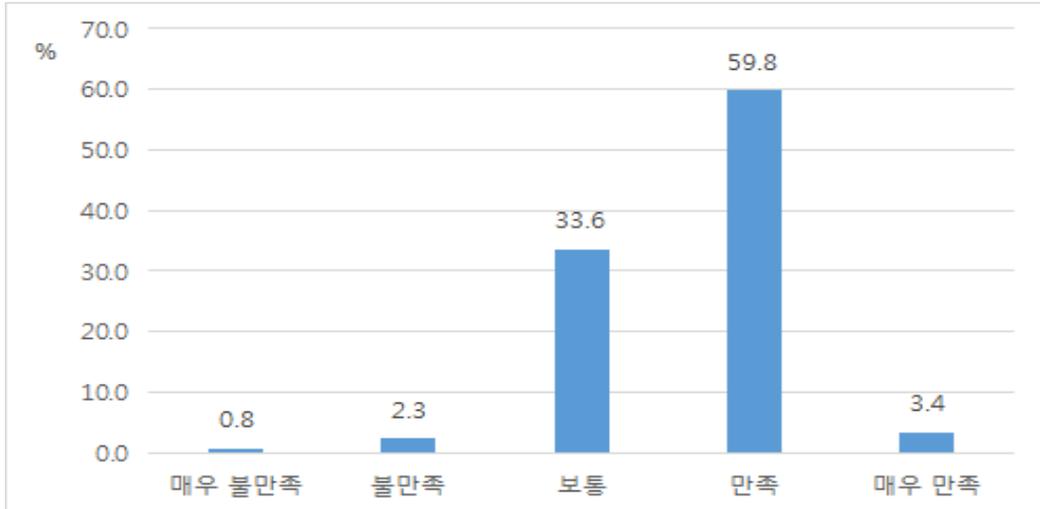
표 1. 응답자의 인구사회학적 특성

구분		응답자 수(명)	비중(%)
계		642	100
성별	남성	356	55.5
	여성	286	44.5
연령	만 13~15세(중학교 1~3학년)	300	46.7
	만 16~18세(고등학교 1~3학년)	342	53.3
월평균 가구 소득	100만 원 미만	28	4.4
	100만~200만 원 미만	31	4.8
	200만~300만 원 미만	79	12.3
	300만~400만 원 미만	137	21.3
	400만~500만 원 미만	127	19.8
	500만~600만 원 미만	103	16.0
	600만~700만 원 미만	69	10.7
	700만~800만 원 미만	33	5.1
	800만~900만 원 미만	28	4.4
	900만~1,000만 원 미만	5	0.8
	1,000만 원 이상	2	0.3
거주 권역	수도권	182	28.3
	충청권	124	19.3
	호남권	86	13.4
	대경권	65	10.1
	동남권	139	21.7
	강원권	46	7.2
행정 구역	동	523	81.5
	읍·면	119	18.5

자료: 『2015년 식품소비행태조사』 원자료 분석.

청소년이 현재의 식생활에 어느 정도 만족하고 있는지를 리커트(Likert) 5점 척도로 조사한 결과, 만족 또는 매우 만족한다고 응답한 비중이 각각 59.8%와 3.4%로, 60% 이상이 식생활에 만족하고 있다고 응답하였다. 한편, 전체의 33.6%가 보통이라고 응답하였으며, 불만족과 매우 불만족은 각각 2.3%와 0.8%로 나타났다. 조사대상 청소년의 36.7%는 여전히 식생활 만족도가 보통 이하인 것으로 나타나, 이러한 청소년의 식생활 만족도를 높일 수 있는 방안을 강구해야 할 것이다.

그림 1. 조사대상 청소년의 식생활 만족도 분포

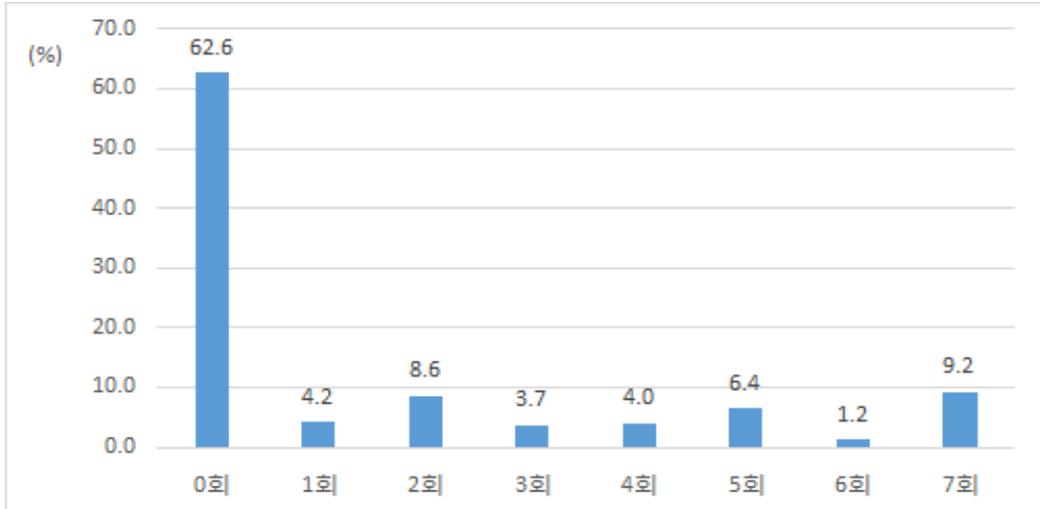


자료: 『2015년 식품소비행태조사』 원자료 분석.

조사대상 청소년의 식생활에 대한 실태를 파악하기 위해, 아침결식 횟수, 식사의 규칙성, 집에서 먹는 간식 관련 실태를 살펴보았다. <그림 2>는 청소년의 아침식사 결식 횟수를 나타낸다. 전체 청소년 중 62.6%만이 일주일 중 하루도 거르지 않고 아침식사를 했으며, 청소년의 9.2%는 아침식사를 전혀 하지 않고 있었다. 아침결식은 청소년의 영양문제뿐 아니라 학업성취도, 비만에도 영향을 미치며 정서적인 부분과도 관계가 있는 것으로 밝혀진 바 있다(김은진 2012). 본 연구에서도 청소년의 아침결식이 식생활 만족도에 미치는 영향을 분석하여, 아침결식 문제를 해결하는 방안에 시사점을 주고자 한다.

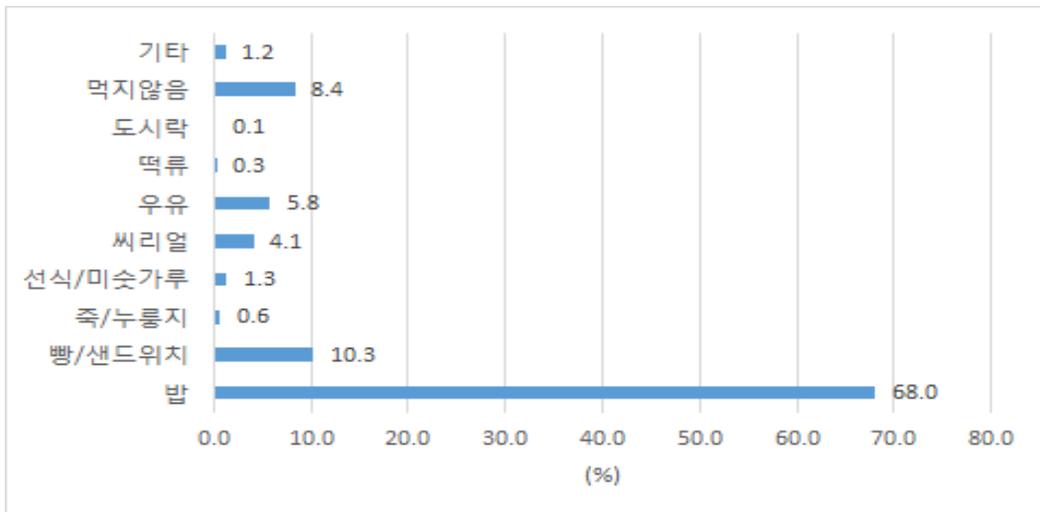
청소년이 아침식사로 가장 즐겨 먹는 것은 밥이었다. 조사대상의 68.0%가 주로 먹는 아침밥 종류로 밥을 꼽았으며, 그다음은 빵/샌드위치, 우유 등의 순으로 나타났다<그림 3>.

그림 2. 아침결식 횟수 분포



자료: 『2015년 식품소비행태조사』 원자료 분석.

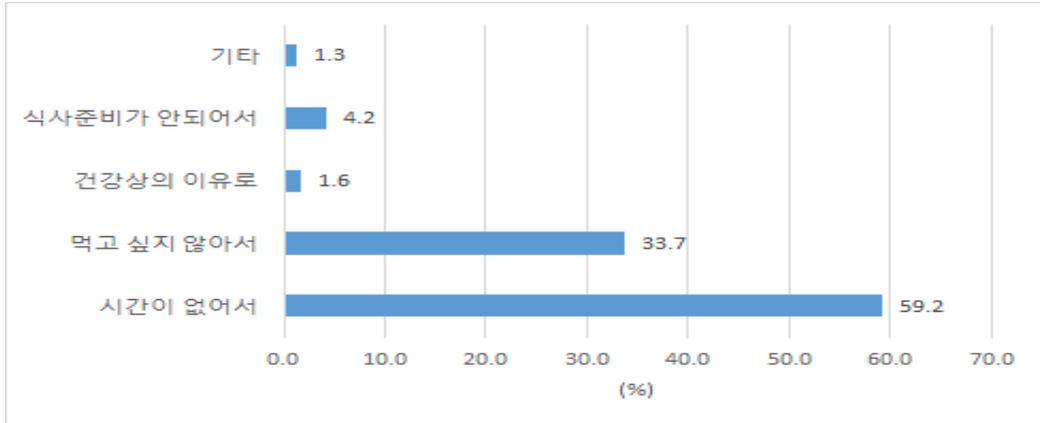
그림 3. 주로 먹는 아침밥 종류



자료: 『2015년 식품소비행태조사』 원자료 분석.

조사대상 청소년의 식사시간의 규칙성 여부를 살펴보면, 응답자의 74.5%가 규칙적이라고 응답하였고, 25.5%는 비규칙적이라고 응답하였다. 식사를 거르는 이유에 대한 설문에서는 조사대상자의 59.2%가 ‘시간이 없어서’라고 응답하였고, 그다음은 ‘먹고 싶지 않아서’, ‘식사준비가 안되어서’ 등의 순이었다<그림 4>.

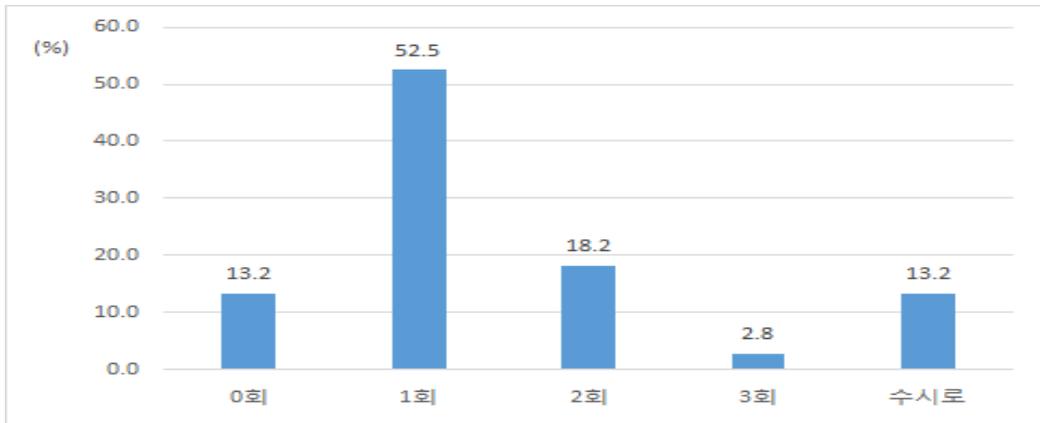
그림 4. 식사를 거르는 이유



자료: 『2015년 식품소비행태조사』 원자료 분석.

<그림 5>는 청소년이 집에서 하루에 먹는 간식 횟수를 나타낸다. 조사대상 청소년 중 과반 이상인 52.5%는 하루에 한 번 집에서 간식을 먹고 있었으며, 18.2%는 2회가량 먹고 있었다. 집에서 아예 간식을 먹지 않는다는 응답은 13.2%로, 길거리나 음식점에서, 학교에서 간식을 아예 먹지 않는다고 응답한 35.5%, 32.4%에 비해 상대적으로 적었다. 조사결과, 전체 학생의 86.7%는 집에서 1회 이상 간식을 먹고 있는 것으로 나타났는데, 이는 대부분 학생이 1일에 1~2회 정도의 간식을 먹고 있으며, 간식 먹는 장소로는 집이 가장 많았다는 선행연구(서지영 2008; 최미현 2009)와 일치하는 결과이다. 따라서 집에서 제공하는 간식의 중요성을 보여준다.

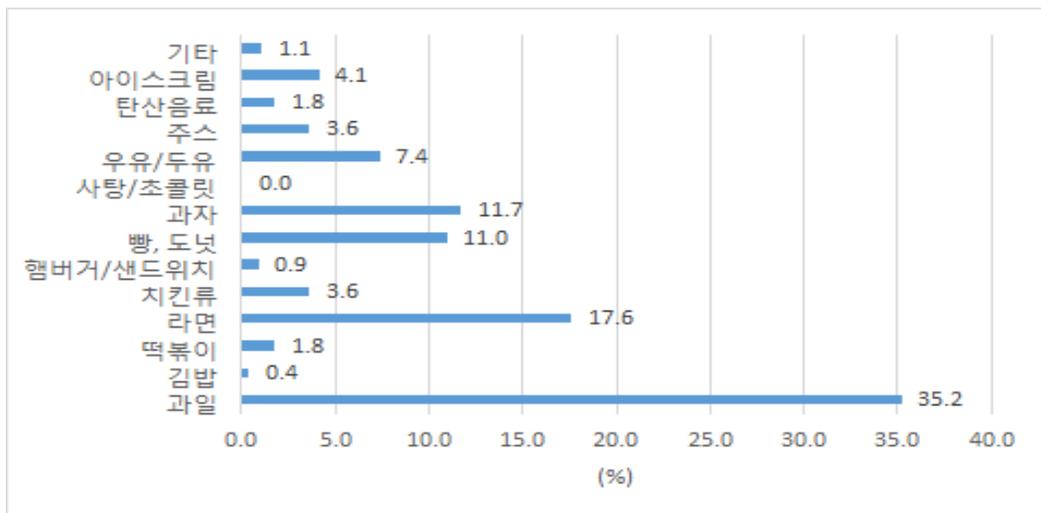
그림 5. 집에서 하루에 먹는 간식 횟수



자료: 『2015년 식품소비행태조사』 원자료 분석.

<그림 6>은 청소년이 집에서 주로 먹는 간식을 나타낸다. 집에서 간식을 먹는 청소년 중 35.2%가 과일을 주로 먹는다고 응답하여, 간식 종류 중 가장 높은 비중을 나타내고 있다. 그 밖에 17.6%는 라면을, 11.7%는 과자를 주로 먹었으며, 빵이나 도넛을 주로 먹는다고 응답한 비율도 11.0%를 차지하였다. 과일 등의 건강 간식은 청소년기에 식사만으로 충분히 섭취하기 어려운 영양소를 보충해 주고, 정서적 안정을 제공하는 등 긍정적인 기능이 있다. 그러나 조사대상 청소년의 60% 이상이 라면이나 빵, 도넛, 과자류 등 가공식품을 간식으로 섭취하고 있어서, 청소년의 과일 섭취에 대한 가정과 사회의 관심이 필요함을 시사한다.

그림 6. 집에서 주로 먹는 간식 종류



자료: 『2015년 식품소비행태조사』 원자료 분석.

3. 분석모형

본 연구는 청소년의 식생활 만족도에 영향을 미치는 요인을 분석하고자 한다. 이용한 자료에서 식생활 만족도는 ‘매우 불만족한다’부터 ‘매우 만족한다’까지 리커트(Likert) 5점 척도로 조사하였기 때문에 순서화된 자료 분석에 적합한 모형인 순위 프로빗 모형(ordered probit model)을 이용한

다. 종속변수가 선호 서열 척도이거나 순서화된 이산값일 경우, 그 값은 숫자적인 의미를 갖지 않기 때문에 통상적인 선형회귀 모형은 사용할 수 없다. 대신에 순서 선택 모형(ordered choice model)인 순위 로짓 모형(ordered logit model)이나 순위 프로빗 모형을 사용할 수 있다. 순위 로짓 모형과 순위 프로빗 모형의 차이는 오차항의 확률분포형태를 어떻게 가정하느냐에 있는데, 순위 프로빗 모형은 오차항이 정규분포를 갖는다는 가정에 의존하고 있다.

따라서 식생활 만족도에 영향을 미치는 요인을 분석하기 위해 다음과 같은 모형을 설정한다 (Greene 2012).

$$(1) y^* = x'\beta + \epsilon$$

(1)에서 y^* 는 식생활 만족도를 나타내는 관측할 수 없는 잠재변수, x 는 식생활 만족도에 영향을 미치는 설명변수 벡터이다. 우리가 관측할 수 있는 것은 J 개의 응답 가능한 순위가 있을 때, 관측할 수 없는 변수 y^* 와 관측할 수 있는 변수 y 의 관계이다. 때문에 다음과 같은 순위 프로빗 모형을 확인할 수 있다.

$$\begin{aligned} (2) y &= 0 \text{ if } y^* \leq 0 \\ &= 1 \text{ if } 0 < y^* \leq \mu_1 \\ &= 2 \text{ if } \mu_1 < y^* \leq \mu_2 \\ &\dots \\ &= J \text{ if } \mu_{J-1} \leq y^* \end{aligned}$$

μ 들은 β 와 함께 추정될 수 있는 매개변수(parameter)로, 선택의 기준이 되는 한계값을 의미한다. 이때, 오차 ϵ 가 정규분포를 갖는다고 가정하면 (2)에 대한 확률을 다음과 같이 계산할 수 있다. 함수 Φ 는 표준 정규 확률밀도함수이다.

$$\begin{aligned} (3) \text{Prob}(y = 0 | x) &= \Phi(-x'\beta), \\ \text{Prob}(y = 1 | x) &= \Phi(\mu_1 - x'\beta) - \Phi(-x'\beta), \\ \text{Prob}(y = 2 | x) &= \Phi(\mu_2 - x'\beta) - \Phi(\mu_1 - x'\beta), \end{aligned}$$

...

$$\text{Prob}(y = J | x) = 1 - \Phi(\mu_{J-1} - x' \beta).$$

$$0 < \mu_1 < \mu_2 < \dots < \mu_{J-1}$$

$\text{Pr}(y_i = j)$ 를 i 번째 청소년이 j 의 만족도를 가질 확률이라고 하고, y_i 는 i 번째 청소년의 만족도가 j 일 때 1의 값을 갖고 아니면 0의 값을 갖는다고 하면, 다음과 같이 식생활 만족도가 나타날 확률을 구할 수 있다.

$$(4) L = \prod_{i=1}^n \prod_{j=1}^J \text{Pr}(y_i = j)$$

이때 우도함수(likelihood function)가 최대가 되는 β 를 추정함으로써 최대우도 추정량을 구하고 청소년의 식생활 만족도에 영향을 미치는 요인을 파악할 수 있게 된다.

4. 분석 결과

청소년 식생활 만족도에 영향을 미치는 요인을 분석하기 위해 청소년의 인구사회학적 특성, 가구 특성, 그리고 청소년의 식생활 특징 등을 설명변수로 하는 순위 프로빗 모형을 추정하였다. 분석결과, 모형이 통계적으로 유의한 것으로 나타나 본 논문의 모형이 적합하다는 것을 알 수 있었다.

청소년의 인구사회학적 특성 중에서는 청소년 연령이나 성별은 식생활 만족도에 유의미한 영향을 미치지 않았다. 청소년 식생활 만족도에 유의미한 영향을 미치는 가구특성 변수로는 가구 내 식품주 구입자의 연령, 가구소득, 가구원 수 등으로 나타났다. 청소년의 식생활 행태를 나타내는 규칙적인 식사 여부, 아침결식 횟수, 과일 간식 섭취 여부 등의 행태변수 역시 식생활 만족도에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 분석모형에서 통계적으로 유의한 영향을 미치는 변수들을 중심으로 청소년의 식생활 만족도에 미치는 영향을 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 주 구입자의 연령이 높을수록 청소년이 식생활에 만족하는 경향이 낮게 나타났다. 이는 주 구입자의 연령이 높을수록 가정 내에서 전통식 위주의 식생활을 하는 경향이 높아지는 데서 비롯된 것

으로 추측된다.³ 또, 가구의 구성원이 많을수록 청소년이 식생활에 만족하는 경향이 낮게 나타났으며, 수도권 지역의 청소년에 비해 동남권 지역의 청소년들은 식생활 만족도가 높은 것으로 나타났다.

둘째, 가구의 월평균 소득이 높을수록 청소년이 식생활에 만족하고 있는 것으로 나타났다. ‘2015년 식품소비행태조사’ 통계자료분석에 따르면 성인 가구원도 가구소득이 높을수록 식생활 만족도가 높은 경향을 보이고 있다(이계임 외 2016).

셋째, 식품 주 구입자가 건강에 관심이 많은 가구일수록 청소년의 식생활 만족도가 높은 것으로 나타났다. 식품 주 구입자가 건강에 관심이 높으면 식품 구입이나 식생활에 좀 더 신경을 쓰게 되는데 이는 청소년의 식생활 만족도에도 긍정적으로 영향을 미치고 있음을 알 수 있다.

넷째, 청소년 본인이 아침을 거를수록 식생활 만족도가 낮았으며, 특히 시간이 없어서 식사를 거른다고 응답한 청소년들의 식생활 만족도가 낮게 나타났다.⁴ 청소년의 아침결식이 청소년의 식생활 만족도에 부정적 영향을 미치고 있으므로, 청소년 아침 결식률을 줄일 수 있는 사회적 관심과 정책적 지원이 요구된다.

다섯째, 규칙적인 식사와 과일 간식 섭취는 청소년의 식생활 만족도를 높이는 것으로 나타났다. 식습관은 환경, 경제, 문화, 자연, 유전 등 여러 요인에 의하여 형성되기 때문에 한 번 형성된 식습관은 지속적이고 변화에 대한 저항이 강하다는 특성이 있다. 규칙적인 식사는 비만지표 개선과 식이 요인에 중요한 영향을 미치는 만큼(조강욱·정상열 2007), 청소년 가구의 주부 및 학교당국은 청소년들이 올바른 식습관을 형성할 수 있도록 주의를 기울여야 할 것이다. 특히, 과일 간식의 경우 청소년 식생활에 미치는 영향이 통계적으로 매우 유의하게 나타났다. 따라서 2018년부터 전국 초등학교 방과 후 돌봄 교실 학생들을 대상으로 주 1회 과일 간식을 무상 제공하고자 하는 정부 정책은 청소년의 식생활 만족도를 제고하는 데 실효성이 클 것으로 보인다.⁵

3 전영현·안병일(2016)은 주 구입자의 연령이 높아질수록 쌀, 김치, 채소, 생선의 조달빈도가 증가하며, 돼지고기, 장류의 조달 빈도는 낮아지는 현상을 제시한 바 있다.

4 한국청소년정책연구원에 따르면 우리나라 청소년 아침결식률은 2016년 평균 29%에 이르고 있으며, 3명 중 1명은 아침을 굶고 등교해 수업을 받고 있다. 주요 결식 원인은 맛벌이 증가에 따른 가정 내 아침식사 준비시간 부족, 학생들의 피로, 늦잠, 입맛 없음 등이다(한국농어민신문 2018. 1. 30.).

5 2018년 5월부터 초등학교 방과 후 돌봄 교실에 과일 간식을 신선편이 포장 형태로 1인당 주1회(연간 30회) 150g 제공한다. 사과·배·포도·감귤·토마토·참외 등 품목은 다양하며 특히 지역 농산물 사용을 권장한다. 1회당 단가는 2,000원, 총 예산은 144억 원이다. 국가와 지자체가 절반씩 부담하며 서울시는 국가 30%, 서울시 70%로 분담한다(한국농정 2017. 12. 17.).

표 2. 순위 프로빗 모형 추정 결과

구분	변수명		청소년의 식생활 만족도	
			추정계수	z-값
청소년의 인구사회학적 특성변수	연령		-0.03	-0.86
	성별		0.10	1.05
	거주 권역	충청권	-0.18	-1.26
		호남권	0.26	1.59
		대경권	-0.02	-0.67
		동남권	0.23*	1.67
		강원권	-0.03	-0.14
농촌(읍·면)거주 여부		0.10	0.77	
가구특성변수	식품 주 구입자 연령		-0.02*	-1.81
	식품 주 구입자 교육정도		-0.08	-0.93
	주 구입자의 건강관심도		0.25**	2.00
	가족구성원 수		-0.13**	-2.23
	가구 월평균 소득		0.05*	1.70
	맞벌이 여부		-0.07	-0.69
	가정 내 음식조리 여부		0.23	0.76
	사회적 지원 여부		-0.14	-0.78
청소년 식생활 행태변수	식사의 규칙성		0.26*	1.84
	시간 부족으로 인한 결식 여부		-0.29**	-2.24
	아침결식 횟수		-0.07**	-2.47
	과일 간식 섭취 여부		0.39***	3.61
μ_1		-3.62***		
μ_2		-3.02***		
μ_3		-1.28*		
μ_4		1.11*		
Log-likelihood		-532.97		
Chi Squared		109.05***		

주: * p<0.1, **p<0.05, ***p<0.01

5. 요약 및 결론

청소년의 영양섭취 부족 및 불균형적인 식습관은 식생활 만족도와 밀접한 관련이 있고, 청소년기 식생활 만족도가 개인 건강뿐 아니라 미래의 국민 건강, 식품 수요, 국가경제 등 여러 측면에 영향을 미치는 문제임에도 불구하고 그 중요성이 제대로 인식되지 않고 있었다. 따라서 본 논문은 청소년의 식생활 행태를 중심으로 청소년의 식생활 만족도에 영향을 미치는 요인을 분석하였다.

분석 결과, 청소년 식생활 만족도에 영향을 미치는 요인에는 식품 주 구입자의 연령, 식품 주 구입자의 건강에 대한 관심, 가구소득, 가구원 수 등으로 나타났다. 또한 청소년 본인의 규칙적인 식사 여부, 아침 결식 횟수, 과일 간식 섭취 여부도 식생활 만족도에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

가구 내 식품 주 구입자의 연령이 높고, 가구의 구성원이 많을수록 청소년의 식생활 만족도는 낮게 나타났으며, 주 구입자의 건강 관심도가 높고, 가구의 월평균 소득이 높을수록 청소년의 식생활에 만족도는 높게 나타났다.

또한, 규칙적인 식사와 과일 간식 섭취는 청소년의 식생활 만족도에 긍정적인 요인으로 작용하였다. 반대로, 아침을 거를수록 식생활 만족도는 낮아졌으며, 특히 시간이 없어서 식사를 거르는 청소년의 식생활 만족도가 낮게 나타났다.

이러한 분석 결과는 가구의 특성과 청소년 식생활 행태가 청소년의 식생활 만족도 결정에 중요한 요인으로 작용함을 보여준다. 따라서 청소년의 식생활 만족도를 높이기 위해서는 맞춤형 식생활 교육 및 상담 프로그램을 통해 효과적인 식생활 지도가 필요할 것이다. 또한 청소년들이 소득 등의 가구특성에 구애받지 않고 건강한 식생활을 영위할 수 있도록 아침 급식 제공이나 과일 간식 제공 등의 정책적 지원이 필요할 것이다. 이러한 사업은 국내 농축산물 구매와 연계되어 국산 농산물 판매 증대에 기여할 수 있을 것이다. 아울러, 청소년이 건전한 식습관을 확립할 수 있도록 가정, 학교, 지역사회 등의 지속적인 관심이 요구된다.

참고 문헌

강상희. 2001. “초등학교 결손가정 아동과 정상가정 아동의 자아 존중감과 건강 행위.” 전남대학교 대학원 석사학위 논문.

김은진. 2012. “중고등학생의 아침식사 현황 및 관련요인: 목포지역을 중심으로.” 목포대학교 교육대학원 석사학위 논문.

김유리, 서선희, 권오란, 조미숙. 2012. “도시와 농촌노인의 식행동, 식품섭취 및 식생활만족도 비교 연구.” 『한국영양학회지』 제45권 제3호. pp. 252-63.

박재홍, 유소이. 2015. “가구 유형별 청소년의 아침식사 행태 분석.” 『한국지역사회생활과학회지』 제28권 제2호. pp. 329-340.

서지영. 2008. “청소년의 간식 섭취 실태에 관한 연구: 경기도 고양시 중학생을 대상으로.” 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문.

우남이. 2013. “대구지역 저소득 가정 아동의 식습관 및 생활습관 현황 분석.” 영남대학교 환경보건대학원 석사학위 논문.

이계임, 이용선, 전형진, 주현정. 2008. 『한·중·일 청소년의 식품소비 비교분석』. 한국농촌경제연구원.

이계임, 최중우, 허성윤, 반현정, 임승주, 박인호, 김태희. 2016. 『2015 식품소비행태조사 기초분석보고서』. 한국농촌경제연구원.

이계임, 이동소, 이윤나. 2013. “취약계층의 식품소비행태 분석.” 『농촌경제』 제36권 제4호. pp. 31-52.

이의옥. 2012. “청소년기 영양지도의 실제.” 『2012 대한임상건강증진학회 춘계 통합학술대회 자료집』. pp. 33-42.

전영현, 안병일. 2016. “가구형태에 따른 식품소비행태 분석.” 『농촌경제』 제39권 제4호. pp. 79-95.

조강욱, 정상열. 2007. “규칙적인 식사습관이 성인남성의 비만지표와 영양소 섭취에 미치는 영향.” 『대한영양사협회 학술지』 제13권 제2호. pp. 114-122.

조경희. 2013. “가족식사의 식생활만족도가 삶의 질 및 가족건강성에 미치는 영향.” 숙명여자대학교 석사학위 논문.

최미현. 2009. “어머니의 학력, 직업이 초등학생의 아침식사와 간식섭취에 미치는 영향.” 건국대학교 교육대학원 석사학위 논문.

Greene, W. H.. 2012. *Econometrics Analysis*. Pearson.

Peckham, J. P., J. D. Kropp, T. A. Mroz, V. H. Zitlin, E. M. Granberg, and N. Hawthorne. 2017. “Socioeconomic and demographic determinants of the nutritional content of national school lunch program entree selections.” *American Journal of Agricultural Economics* 99(1): 1-17.

원고 접수일: 2018년 2월 7일
원고 심사일: 2018년 2월 19일
심사 완료일: 2018년 3월 20일