

한·중·일 청소년의 식품소비 비교분석

이 계 임 연구 위원
이 용 선 연구 위원
전 형 진 부 연구 위원
주 현 정 초청 연구 원

한국농촌경제연구원

연구 담당

이계임	연구 위원	연구 총괄, 제1~7장 집필
이용선	연구 위원	일본담당, 4장, 5장2절 집필
전형진	부 연구 위원	중국담당, 2장, 5장3절 집필
주현정	초청 연구원	자료 수집 및 분석, 5장1절 집필

청소년기는 성장기간으로 육체적·정신적 건강을 유지하기 위해 적절한 식품 소비가 중요하다. 더욱이 이 시기 형성되는 식습관은 성인까지 지속되어 성인 소비자의 행동 유형을 결정하므로 현재뿐만 아니라 미래의 식품수요와 경제발전에도 영향을 미친다.

청소년은 가치관이나 생활양식 등이 불안정한 시기로 소비행동에 비합리적인 요소가 많으며 바람직하지 못한 형태로 표출되는 경우가 많다. 청소년의 식생활과 영양 섭취 측면에서는 바람직하지 않은 행태가 보편화되고 있다. 청소년의 아침결식, 불규칙한 저녁식사, 편의식품 섭취 증가 등의 문제점이 나타나면서 영양불균형 및 비만과 생활습관 질병의 발병률이 급증하고 있다. 따라서 청소년의 건강한 식습관 형성과 미래 국산 식품에 대한 수요 기반 마련을 위해 청소년층을 특화한 식품소비연구를 바탕으로 국가차원에서 관심을 갖고 실효성 있는 대책을 추진할 필요가 있다.

이 연구는 한·중·일 청소년의 식품소비 여건, 식품소비 및 영양섭취 현황, 식품에 대한 인식, 식생활의 문제점, 식품정책 등을 비교·분석함으로써 식품 수요 전망에 시사점을 제시하고, 식품정책의 방향을 제시하는 것을 목적으로 추진되었다. 중국과 일본 청소년 식품소비 분석은 이들 나라의 미래 식품수요를 전망하는 데 시사점을 제공하여 국내 농업 및 식품산업의 발전방향을 제시할 것으로 기대된다. 연구에 참여해주신 일본, 중국 전문가 여러분과 설문에 응해주신 한·중·일 청소년 및 주부 여러분께 감사드린다.

2008. 12.

한국농촌경제연구원장 오 세 익

요 약

청소년기는 성장기일 뿐만 아니라, 이 시기 형성되는 식습관이 성인소비자 행동의 유형을 결정하므로 적절한 식품 소비가 매우 중요하다. 한·중·일 3국은 경제·사회적인 의존도가 높고 상호 간 식품 소비에 미치는 영향력이 커지고 있어 미래 식품소비의 주역인 이들 나라 청소년층 식품소비에 주목할 필요성이 더욱 증가한다. 이 연구는 한·중·일 청소년의 식품소비 여건, 식품소비 및 영양 섭취 현황, 식품에 대한 인식, 식생활의 문제점, 식품정책 등을 비교·분석함으로써 식품 수요 전망에 시사점을 제시하고, 식품정책의 방향을 제시하는 것을 목적으로 추진되었다.

한·중·일 3국에서는 소득 증가·고령화·독신가구 증가·여성의 경제참여 확대 등이 공통적인 현상으로 나타나 식품소비에 영향을 미치고 있다. 식품소비 추세에서는 일본이 1970년대 중반, 한국이 1980년대 후반을 기점으로 질적인 향상을 추구하는 단계로 진입하였으며, 중국에서도 공급칼로리 단가가 꾸준히 증가하는 추세이다. 엽채류의 하락과 외식비중 증가추이도 비슷하게 나타난다. 식품류별 소비에서는 곡류 소비 감소가 동일한 현상이나, 한국에서 증가 추세에 있는 과일류와 낙농품 지출이 일본에서는 감소추세를 보이고 한·일에서 감소추세인 육류가 중국에서 증가추세를 보이는 점 등에서 국가별로 약간 차이를 보였다. 영양섭취 측면에서는 한국에서의 동물성 단백질과 지방 증가와 중국에서의 지방 증가 현상이 뚜렷하게 나타나는 반면, 포화상태가 어느 정도 지속된 일본에서는 1990년대 후반 이후 단백질과 지방의 정체 내지는 감소경향을 보였다.

청소년층의 식품소비 추이를 검토한 결과 한국의 청소년 식품소비는 쌀 소비가 가장 빠르게 감소한 반면 빵과 과자류, 돼지고기, 외식 소비가 타 연령층에 비해 빠르게 증가하는 것으로 나타났다. 일본에서는 2000년대 이후 20~30대 연령층의 쌀 소비 증가와 함께 청소년층의 쌀 소비감소추세도 둔화되고 있으며, 과일과 채소는 감소추세를 지속하고 있다. 중국에서 식품소비가 가장 빠

르게 변화한 계층은 20~30대 계층이며, 청소년층 소비는 2002년 대비 2007년 큰 변화를 보이지 않았다. 중국 청소년의 식품 소비량은 다른 연령층에 비해 대체로 낮은 수준이다.

한·중·일 청소년의 식생활과 소비의식을 비교하면 한국 청소년의 식생활은 서구화와 외부화가 빠르게 진행되고, 아침 결식률이 높고 저녁시간의 불규칙한 식습관으로 인해 일본과 중국에 비해 건강하지 못한 식생활을 하고 있는 것으로 분석되었다. 일본은 한국보다 영양 상태가 양호하고 건강한 식생활을 영위하고 있는 것으로 조사되었다. 아침식사 결식률이 한국의 1/3에도 못 미치며, 저녁식사를 집에서 규칙적으로 하는 비중이 높다. 중국 청소년의 경우 영양상태는 한국에 못 미치지만, 식사를 규칙적으로 하는 등 한국에 비해 건전한 식습관을 형성하고 있다. 일본과 중국 청소년의 경우 한국 음식에 대한 인식수준에 차이가 있는 것으로 분석되었다. 일본 청소년은 한국 식품 구입을 결정하는데 있어서 맛, 외관, 영양, 식당분위기 등을 중시하는 데 비해, 중국 청소년은 맛과 영양을 중시하는 것으로 나타났다. 한국 식품을 경험하는 곳으로는 일본 청소년이 주로 식품 매장(73%)이었으나, 중국 청소년은 한국 식당(76%)인 것으로 조사되었다.

청소년 대상 식품 및 영양정책을 비교한 결과 한국의 경우 유해한 영양성분의 저감화, 식품 위생관리, 학교급식 개선을 중심으로 구성된 반면, 일본이나 중국에서는 청소년을 대상으로 한 식생활 관련 정책이 중심을 이루고 있다. 일본에서는 가정, 학교, 문부과학성, 지역, 산업체 등에서 다양한 식생활 교육 프로그램을 운영하고 있으며, 중앙부처도 문부과학성·농림수산성·후생노동성 공동으로 연계하여 정책을 실행하고 있다. 중국에서도 교육부와 위생부가 주축이 되어 관련 지침을 통해 청소년의 식사 및 간식 지침을 실행하고, 건강교육 및 영양지도를 실시하고 있다.

향후 한국 청소년의 가정 내 식품소비는 2020년까지 곡류, 쇠고기, 어패류, 채소류, 과일류 소비 감소와 돼지고기, 빵과 과자류, 음료류, 외식소비 증가가 전망된다. 곡류의 감소추세는 다소 완화될 것으로 보이며, 외식 증가추세도 이전에 비해 증가율이 둔화될 것으로 보인다. 각 연령계층별 식품소비 전망치와

통계청의 추계인구 분포를 감안하여 전체 식품 소비량을 전망한 결과 가정 내 소비식품 중 곡류는 연평균 1.0%, 쇠고기는 1.7%, 채소 1.6%, 달걀 1.9%씩 소비가 감소할 것으로 예상되는 반면, 돼지고기의 수요는 연평균 2.0%, 외식은 연평균 2.8%의 증가세를 나타낼 것으로 분석되었다. 가정식에 비해 외식에서 지방 섭취가 높다는 점을 감안할 때 외식 소비 증가는 지방 과잉 현상이 확대될 가능성이 있는 반면 어패류와 채소류 등의 소비 감소는 칼슘, 철, 칼륨, 비타민 C 등의 영양소 부족을 가져올 가능성이 크다. 또한 전통 식문화가 붕괴되고 잘못된 식습관이 확대되고 있으므로 식생활의 중요성에 대한 인식이 전환되지 않을 경우 불규칙적인 식생활과 서구식 식생활 확대로 영양불균형이 확대되고 생활습관병이 빠르게 증가할 것으로 전망된다.

청소년의 식품 소비를 개선하기 위해서는 학교 교과교육이 다양한 체험활동을 통한 실제적인 교육이 되도록 개선되어야 하며, 가정·학교·정부·생산자·지역이 참여하는 범국민운동차원에서 식생활 교육 추진이 필요하다. 청소년층의 전반적인 영양상태를 개선하기 위한 구체적인 정책이 식생활 교육과 연계하여 추진될 필요가 있다. 청소년층이 미래 건강하고 합리적인 소비계층으로 성장할 수 있도록 청소년층을 대상으로 한 구체적인 식품소비 및 영양정책이 적극적으로 추진되어야 할 것이다.

일본과 중국 청소년의 한국 식품 소비경험과 구입의향 분석결과 한국 식품에 대한 평가와 선호도에 차이가 있으므로 한국 식품 마케팅전략도 차별화될 필요가 있다. 일본 청소년 대상 시장 진출 시는 맛, 향, 외관을 중시하는 상품 개발에 주력하고, 매스컴과 식품 포장, 식당 광고 등 다양한 매체를 통한 홍보가 유용할 것으로 보인다. 반면 중국 청소년을 대상으로 할 경우는 한식의 영양적으로 우수하고 채식 중심의 건강식이라는 점이 부각되어야 한다. 한식당 진출이나 TV 드라마를 이용한 광고가 중국시장 홍보에 영향력이 있을 것으로 보인다.



ABSTRACT

A Comparative Analysis of Juveniles' Food Consumption in Korea, China and Japan

This study aims to provide implications for food consumption outlook by comparing and analyzing the food consumption, nutritional intake, and dietary life of juveniles in Korea, China and Japan, and present food policy directions. The adolescence is an important period because the eating habits gained in this period will continue into the adulthood.

The important results that were found from this study are as follows: First, socio-economic and demographic changes in all three countries showed increases in income and single families, as well as aging and increased participation of women in economic activity. All of these factors had an effect on food consumption. The food consumption trend showed that Korea entered the turning point of seeking improvement in the quality of food in the latter half of 1980s while Japan made a similar trend earlier in the middle of 1970s. In China too, the unit price of a calorie supply has been rising continuously.

Second, the food consumption trend of Korean juveniles showed that rice consumption fell the fastest while the consumption of bread, cookies and pork, as well as eating outs, grew fast unlike any other age groups. In Japan, however, the decreasing consumption of rice has been slowing down since 2000. During this period, the consumption of pork has changed its course to an upward trend while the consumption of beef, fruits and vegetables has been falling. In the case of China, no significant changes were seen in the food consumption of juveniles in 2007 compared to 2002, and their food consumption was relatively low compared to other age groups.

Third, we compared the dietary lives and food consumption patterns of juveniles in the three countries. Korean juveniles had the worst dietary life due to the increase in westernized diet including fast food and a high proportion of juveniles skipping breakfast. The nutrition of Japanese juveniles was better than that of Korean counterparts and Chinese juveniles had more sound eating habits than the Koreans as they had meals more regularly

despite less nutritious diet.

Fourth, Korea's food policy mainly deals with the lowering of harmful nutrition elements, food hygiene management, and improvement of meal at school. In Japan, many educational programs on dietary life are offered by various groups; and in China, guidelines on youngsters' meals and snacks are issued, and educational programs on health and nutrition are offered.

Finally, based on our forecast of Korean juveniles' food consumption until 2020, we expect to see a decrease in the consumption of grains, beef, fish and shellfish, vegetables, and fruits but an increase in the consumption of pork, bread, cookies, drinks, and eating-out meals.

In order to enhance the food consumption of Korean juveniles, educational programs at school should be improved and become practical education that offers various learning experience programs. Also, the education on dietary life should be sought in the context of a nationwide movement. Specific policies that can improve the overall state of juveniles' nutrition need to be implemented in connection with educational dietary programs.

Researchers: Lee Kyei-Im, Lee Yong-Sun, Jeon Hyoung-Jin, Joo Hyun-Jeong
Research period: 2008. 2. ~ 2008. 12.
E-mail address: lkilki@krei.re.kr

제1장 서론

연구의 필요성과 목적	3
선행연구 검토	5
연구내용	10
연구범위와 방법	11

제2장 한·중·일 식품소비 현황과 특징

식품소비 여건 변화	21
식품소비 추세	24
영양섭취구조	30
식문화	32
시사점	37

제3장 한·중·일 청소년의 식품소비와 선호도 분석

청소년의 식품 및 영양 섭취 비교	41
청소년층의 식품소비 추이 분석	49
청소년층의 식품 선호도	63
시사점	68

제4장 한·중·일 청소년의 식생활과 소비의식

식생활 현황	73
식생활에 대한 가치관	79
식품 정보 활용	84
일본과 중국 청소년의 한국 식품 인식	87
시사점	91

제5장 한·중·일 청소년의 식생활 교육 및 관련 정책 비교

한국의 청소년 식품 및 영양 관리정책	95
일본의 청소년 식생활 교육 및 관련 정책	101
중국 청소년의 식생활 관련 정책	106
시사점	109

제6장 식품소비 전망과 정책과제

청소년 식품소비 전망	113
청소년 식품 정책 과제	117

제7장 요약 및 결론

124

부록 1. 한·중·일 설문조사 개요	131
---------------------------	-----

부록 2. 한·중·일 주부의 식품구입행태	133
------------------------------	-----

참고 문헌	140
-------------	-----

표·그림 차례

표 1. 청소년층의 정의와 범위 비교	12
표 2. 한국의 12~17세 인구 중 중·고등학생 비중	13
표 3. 3국의 식품소비 관련 주요 통계자료	15
표 4. 한·중·일 인구구성비 추이 비교	22
표 5. 한국의 1인 1일당 평균 영양소 섭취량 추이	30
표 6. 중국의 1982, 1992, 2002년 영양소 평균섭취량	31
표 7. 한·중·일 청소년의 식품류별 섭취수준(성인남자=100)	42
표 8. 3국의 식품별 섭취 빈도	44
표 9. 3국의 외식 섭취빈도	45
표 10. 한·중·일 청소년의 영양권장량 대비 섭취비율, 2005	46
표 11. 3국의 3대 영양소 에너지 구성비 비교(연령별)	47
표 12. 한·중·일 청소년이 패스트푸드를 먹는 이유	66
표 13. 한·중·일 청소년이 선호하는 한국 음식	67
표 14. 한국 식품의 맛 수준 결정요인 분석	68
표 15. 한·중·일 청소년의 일주일 평균 아침식사 섭취 횟수	73
표 16. 한·중·일 청소년이 아침식사를 거르는 이유	74
표 17. 한·중·일 청소년의 아침식사 방법	74
표 18. 한·중·일 청소년의 아침식사 메뉴	75
표 19. 한·중·일 청소년의 주중 점심식사 방법	76
표 20. 한·중·일 청소년의 학교급식에 대한 평가	76
표 21. 한·중·일 청소년의 주중 저녁식사 장소	77
표 22. 한·중·일 청소년의 최근 일주간 저녁식사 시간 규칙성 여부 ...	77
표 23. 한·중·일 청소년이 친구 또는 혼자 외식하는 장소	77
표 24. 한·중·일 청소년의 주중 일일 평균 간식 횟수	78
표 25. 한·중·일 청소년의 간식 먹는 장소	79

표 26.	한·중·일 청소년이 생각하는 음식소비의 문제점	80
표 27.	한·중·일 청소년의 국산 농산물 원료 식품 섭취 관심정도 ...	81
표 28.	한·중·일 청소년 식사습관의 영향정도	82
표 29.	한·중·일 청소년의 식생활 요인 중요도 비교	83
표 30.	한·중·일 청소년의 식생활 요인 분류	84
표 31.	한·중·일 청소년이 식품 구입 시 포장지 내용 확인 여부	85
표 32.	한·중·일 청소년이 식품 구입 시 확인하는 표시	85
표 33.	한·중·일 청소년이 식품 포장지를 신뢰하지 못하는 이유	86
표 34.	한·중·일 청소년의 식품정보 획득경로	87
표 35.	중·일 청소년의 한국 식문화 경험	88
표 36.	중·일 청소년이 한국 식문화에 영향 받은 매체	88
표 37.	중·일 청소년이 한국 음식 먹는 장소	89
표 38.	한·중·일 청소년의 한국 식품의 구입의향 결정요인 분석	90
표 39.	한국의 식생활 교과목	99
표 40.	한국의 식생활 교과 내용	99
표 41.	2007년 개정 교육과정에서의 식생활 관련 내용	100
표 42.	일본의 중·고등학교 식생활 관련 교육 내용	105
표 43.	식품류별 소비 전망	114
표 44.	한국과 일본의 학교 교과 교육 방법	117
표 45.	국내 외식기업의 중국시장 진출 현황	121
표 46.	한·중·일 조사대상 청소년의 특성	132
표 47.	한·중·일 조사대상 주부의 특성	132
표 48.	한·중·일 주부의 주요 식료품 구입 장소	133
표 49.	한·중·일 주부의 주요 식료품 구입 기준	134
표 50.	한·중·일 주부의 주요 식료품 구입 단위	136
표 51.	한·중·일 주부의 식료품 정보 수집처	137
표 52.	한·중·일 주부의 가족과의 외식 이유	138
표 53.	한·중·일 주부의 외식의 문제점	139

그림 1. 추진체계도	16
그림 2. 한·중·일 1인당 국민총소득 추이(2000년 불변가격), 1987~2007	22
그림 3. 한·중·일 독신가구 추이 비교	23
그림 4. 한국의 1인 1일당 공급칼로리 및 칼로리단가 추이 (2000년 불변가격)	24
그림 5. 한·중·일 엔겔계수 추이	26
그림 6. 한·중·일 식품소비 중 외식비 지출비중(2007)	27
그림 7. 한국의 가정 내 식품류 지출비중 추이	28
그림 8. 일본의 가정 내 식품류별 지출비중 추이	29
그림 9. 중국의 가정 내 식품류 지출비중 추이	29
그림 10. 일본의 에너지 섭취량 변화 추이	31
그림 11. 한국 7첩 반상의 예	33
그림 12. 일본 정식요리의 예	35
그림 13. 중국식단의 예	36
그림 14. 2007년도 한국의 연령계층별 식품지출액(불변) 구성	51
그림 15. 한국의 식품비 지출추이	52
그림 16. 한국의 연령층별 쌀 소비 추이	52
그림 17. 한국의 연령층별 빵 및 과자 소비 추이	53
그림 18. 한국의 연령층별 육류 소비 추이	53
그림 19. 한국의 연령층별 돼지고기 소비 추이	54
그림 20. 한국의 연령층별 과일 소비 추이	55
그림 21. 한국의 연령층별 채소 소비 추이	55
그림 22. 한국의 연령층별 어패류 소비 추이	56
그림 23. 한국의 연령층별 외식 소비 추이	56
그림 24. 일본의 연령층별 쌀 소비 추이	57
그림 25. 일본의 연령층별 빵 및 과자 소비 추이	57
그림 26. 일본의 연령층별 쇠고기 소비 추이	58

그림 27.	일본의 연령층별 돼지고기 소비 추이	59
그림 28.	일본의 연령층별 과일 소비 추이	59
그림 29.	일본의 연령층별 채소 소비 추이	59
그림 30.	일본의 연령층별 어패류 소비 추이	60
그림 31.	일본의 연령층별 외식 소비 추이	60
그림 32.	중국의 연령층별 쌀, 빵 및 과자류 소비 추이	61
그림 33.	중국의 연령층별 쇠고기, 돼지고기 소비 추이	62
그림 34.	중국의 연령층별 채소, 과일 소비 추이	62
그림 35.	중국의 연령층별 어패류, 외식 소비 추이	63
그림 36.	한·중·일 청소년이 가장 좋아하는 고기 종류	64
그림 37.	한·중·일 청소년이 가장 좋아하는 과일 종류	64
그림 38.	한·중·일 청소년이 가장 좋아하는 음료 종류	65
그림 39.	한·중·일 청소년이 좋아하는 외식 메뉴	66
그림 40.	한·중·일 청소년이 건강한 식생활을 위해 중요하게 생각하는 것	80
그림 41.	한·중·일 청소년의 식품안전성 평가	82
그림 42.	한·중·일 청소년의 식품 포장지 내용 신뢰정도	86
그림 43.	3국 청소년의 음식에 대한 관심도	89
그림 44.	급식시간을 활용한 식생활 교육 장면	102
그림 45.	학교와 지역사회가 제휴한 식생활 교육 현장	103
그림 46.	식사밸런스 가이드 팜플렛	104
그림 47.	한국 청소년층의 식품소비 전망	114
그림 48.	한·중·일 주부의 청소년 간식, 반찬재료 구입 기준	135
그림 49.	한·중·일 주부의 유기식품 구입의향	137

제1장 서론

연구의 필요성과 목적

청소년기는 성장기간으로 육체적·정신적 건강을 유지하기 위해 적절한 식품 소비가 매우 중요하다. 영양소 필요량이 평생 중 어느 시기보다 많이 요구되며, 이때의 영양이 일생의 건강을 지배하고 지적 발달에도 영향을 미치는 시기이므로 균형을 이룬 식생활이 필요하다. 더욱이 이 시기 형성되는 식습관은 성인까지 지속되어 성인소비자 행동의 유형을 결정하므로 현재뿐만 아니라 미래의 식품수요와 경제발전 등에도 영향을 미친다.

발달심리학에 따르면 청소년기는 아동기의 단순한 소비행동으로부터 완전한 성인으로서의 독자적인 소비행태로 옮겨가는 과정이어서 아동기와 청소년기의 소비관련 경험들은 성인이 될 때까지 지속되어 성인 소비자의 행동의 유형을 결정하게 된다. 특히 식습관은 개인의 생리적 여건, 심리적 여건, 사회·문화적 여건, 식품 자체의 성분과 특성에 의해 장기간에 걸쳐 형성되는 습관 중 하나이므로 식습관 변화는 청소년기까지는 비교적 쉽게 이루어지지만 연령이 높아질수록 변화되기 어렵다. 따라서 식습관이 형성되는 어린 시기와 변화가 가능한 청소년기에 영양 교육을 통하여 올바른 식사에 대한 가치관을 확립하는 것은 매우 중요하다(김은숙 외, 2005). 식품 소비에 대한 코호트 분석결과를 보면 어느 시대에 태어나 성장했는가가 식품소비에 큰 영향을 미치는 것으로 입증되고 있다. 이계임 외(2007)의 코호트 분석에 의하면 최근 세대일수록 곡물가공, 낙농, 차와 음료, 주류의 소비가 많은 반면, 구세대일수록 곡물, 육류, 어패류, 과일, 채소의 소비가 많은 것으로 나타난다.

한편, 청소년은 가치관이나 생활양식 등이 정형화되기 전 불안정한 시기로 소비행동에 비합리적인 요소가 많으며 바람직하지 못한 형태로 표출되는 경우가 많다. 청소년 소비행동의 특징으로 과소비·충동소비·과소비가 나타나고 있으며, 매스컴·컴퓨터 활용의 영향 등으로 국경을 초월하여 다른 문화에 접하고 유행에 민감하여 소비를 적극적인 자기표현의 수단으로 간주하는 등 다른 계층과 구별되는 독특한 트렌드를 지니고 있다. 청소년의 식생활과 영양 섭취

측면에서는 바람직하지 않은 행태가 보편화되고 있다. 청소년의 아침결식, 불규칙한 저녁식사, 편의식품 섭취 증가 등의 문제점이 나타나면서 영양불균형 및 비만과 생활습관 질병의 발병률이 급증하고 있다.

한·중·일 3국은 경제·사회적으로 상호 의존도가 높으며, 최근 중국의 성장, 한·일월드컵 개최, 남북관계 진전 등을 계기로 인적·물적인 교류가 활발히 추진됨에 따라 상호 간 식품 소비에 미치는 영향력이 커지고 있다. 또한 한국경제의 세계화와 역내 협력방안을 위해 일본 및 중국과의 FTA가 추진됨에 따라 향후 이들 나라 식품 수급 변화에 어떻게 대응하느냐가 한국경제와 농업·식품산업의 미래를 결정하는 중요한 변수가 될 것으로 예상되고 있다. 미래 식품소비의 주역인 이들 나라 청소년층 식품소비에 주목할 필요성이 더욱 증가한다.

따라서 청소년의 건강한 식습관 형성과 미래 국산 식품에 대한 수요 기반 마련을 위해 청소년층에 특화된 식품소비연구를 바탕으로 국가차원에서 관심을 갖고 실효성 있는 대책을 추진할 필요가 있다. 우리나라와 밀접한 관계를 유지하고 있는 중국 및 일본 청소년과의 식품소비 현황과 관련 정책에 대한 비교분석은 우리나라 청소년의 식품 소비를 보다 잘 이해할 수 있게 해주며, 우리나라 식품정책에 대한 시사점을 제시할 수 있을 것으로 본다. 또한 중국과 일본 청소년 식품소비 분석은 이들 나라의 미래 식품수요를 전망하는 데 시사점을 제공하여 국내 농업 및 식품산업의 발전방향을 제시할 것으로 기대된다.

이 연구는 한·중·일 청소년의 식품소비 여건, 식품소비 및 영양섭취 현황, 식품에 대한 인식, 식생활의 문제점, 식품정책 등을 비교·분석함으로써 식품수요 전망에 시사점을 제시하고, 식품정책의 방향을 제시하는 것을 목적으로 한다.

선행연구 검토

■ 청소년 식품소비 연구

청소년 식품소비에 대한 연구로는 크게 식품소비 실태, 식품소비 성향, 식품소비 구조 등에 대한 선행연구가 수행되었다. 이 중 식품소비 실태에 대한 연구로 조혜영 외(2003)는 중·고등학생을 대상으로 설문조사와 참관 및 면담조사를 통해 청소년 음식소비와 의식실태 등을 조사하였다. 이 연구에서는 음식소비 및 음식 문화 관련 이론을 검토하고, 청소년의 식도락 지향적 식생활, 건강유해성분과 인스턴트 식품, 학교의 식습관 영향, 간식습관, 김치에 대한 인식, 외식행동 등을 조사하였다. 또한 현재의 음식소비 관행에 대해서 비판적 의식을 가지고 대안 음식문화를 실천하는 사례를 검토하였다. 박재춘(2006)은 청소년의 패스트푸드 섭취 실태를 파악하고, 청소년의 건강을 위한 효율적인 정책대안을 제시하였다. 분석에는 학교급식소와 패스트푸드 판매처 등의 자료가 이용되었다. 한국소비자보호원(2005)은 청소년을 대상으로 가공식품 섭취실태를 조사하여 과다 섭취가 우려되는 식품첨가물 등에 대해 허용기준을 재설정하고 소비자에게 올바른 정보를 제공하고자 하였다. 연구 방법은 회상법을 이용한 식품섭취량조사, 식품첨가물 조사, 해외자료조사 등을 적용하였다. 일부 식품첨가물이 허용기준을 초과하여 섭취되고 있고 기준설정이 되지 않은 첨가물도 상당수 있어 안전관리의 필요성이 제기되었다.

식품소비 선호 및 성향에 대한 연구로 문수재 외(1986)는 청소년층을 대상으로 식품에 대한 가치 평가 요인을 분석하여 향후 식행동을 바람직한 방향으로 유도하는 자료를 제시하고, 식품에 대한 가치 평가 도구를 개발하는 것을 목적으로 하였다. 식품에 대한 가치 기준은 Navobe와 Matsushita의 연구를 바탕으로 관능적 가치, 도구적 가치, 사회심리학적 가치로 분류하였으며 식품 섭취는 열량이나 영양소를 중시하는 단계, 풍미를 중시하는 단계, 즐기는 단계로 변화하는 것으로 정리하였다. 조사대상은 서울시 중·고등학생 752명이며 15가

지 식품에 대한 가치 평가 요인(주관적 가치평가요인, 관능적요인, 경험적요인, 사회관념적요인, 경제적요인), 식품에 대한 전반적인 기호성향을 분석하였다. 박선성(2007)은 서울지역 중학생들의 가공식품에 대한 선호도, 식품·영양 표시에 대한 인식도와 이용실태를 분석하였다. 조수희 외(2007)는 여고생을 대상으로 영양지식, 식태도, 식습관, 식품 및 영양표시제도에 대한 인식수준을 평가하였다.

식품소비 구조에 대한 연구로 이계임 외(2007)에서 연령별 식품소비구조를 분석하고, 청소년층의 식생활 현황과 문제점을 제시하였다. 가구의 연령구조별 식품비 지출구조와 청소년층 영양소 섭취구조를 검토하였으며, 청소년 304명을 대상으로 한 설문조사결과를 이용하여 식생활 현황을 분석하였다.

■ 기타 청소년 관련 연구

청소년의 소비에 영향을 미치는 요인 분석 연구로 양희 외(1994)는 소비생활 문제 수준과 관련요인을 파악하고자 하였다. 서울시 남녀 중·고등학생을 대상으로 청소년의 소비생활에 미치는 요인을 소비생활문제, 지식·태도 수준, 어머니의 소비자 기능, 친구와의 의사 소통량 측면에서 분석하였다. 청소년의 소비생활문제는 소비 지향적 태도에 가장 큰 영향을 받으므로 교육의 역할이 중요하며, 집단을 대상으로 하는 것이 효과적인 것으로 나타났다. 권미화 외(2000)는 청소년 소비자의 소비행동의 합리성에 영향을 미치는 요인을 분석하였다. 서울 시내의 중·고등학교 2학년 1,100명을 대상으로 설문조사를 바탕으로 요인분석과 집단비교 등을 통해 요인을 검출하고 향후 소비자 교육의 방향을 제시하였다. 이명희(2006)는 청소년의 생활양식을 유형화하고 인구 통계적 특성과 의복소비성향의 관련성을 파악하여 청소년의 건전한 소비문화 형성에 기초 자료를 제공할 것을 목적으로 추진하였다. 청소년의 생활양식을 군집분석을 통해 디지털성향, 적극적 활동성, 성취지향성, 물질지향성, 근검 절약성으로 분류하였으며, 생활양식유형과 인구 통계적 변인과의 관계를 분석하였다.

청소년의 소비교육을 위한 소비행위 분석 연구로 조아미 외(2005)는 청소년의 소비생활 실태와 문제점을 파악하여 효과적인 청소년 소비교육 프로그램을 개발하는 기초자료로 이용하고자 하였다. 중·고등학생을 대상으로 청소년 소비생활 실태를 용돈사용, 소비규모, 소비영역, 소비경로, 소비관련태도, 소비성향 측면에서 조사하였다. 오영희(2007)는 청소년 문화를 이해하고 학습 및 생활지도를 위해 사이버공간이 청소년의 학습, 대인관계, 소비행동에 미치는 영향을 분석하였다. 조사 자료는 중·고등학생 299명을 대상으로 추진된 설문조사 결과를 이용하였다. 분석결과 청소년의 사이버문화 몰입은 실용추구성에 부정적 영향을 미치고, 브랜드지향성, 개성추구성, 유행추구성의 순으로 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났다.

외국의 청소년과 비교한 연구로는 최순중(2004)이 한국과 독일 청소년의 소비행태에 대한 실태분석과 비교분석을 통해 청소년 소비연구를 위한 이론적, 방법론적 모델을 모색하고자 하였다. 사회구조와 개인 간의 관계를 설명하는 생활양식 이론과 합리적 선택 이론을 토대로 15세부터 24세 이하의 한·독 청소년을 대상으로 비합리적 소비행위에 대한 실증조사를 실시하였다. 분석결과 한국 청소년이 독일 청소년에 비해 소비 중독 성향이 강하며, 자긍심과 자립심이 부족하고 선전광고에 영향을 많이 받는 것으로 나타났다. 한국 청소년 소비의 추이에 대한 전망과 건전한 청소년 소비문화 육성을 위한 시사점을 제시하였다. 김근영 외(2004)는 우리나라와 주요국의 학교 및 학교 외 경제교육 현황을 검토하고 개선 방안을 제시하였다. 중·고등학교 학생과 교사를 대상으로 설문조사를 실시하였으며, 미국·영국·스웨덴·일본의 경제교육 현황 자료를 수집·분석하였다. 오해섭 외(2006)는 중국·일본과 공동연구로 한·중·일 청소년의 국가관을 비교 분석하였다. 각국 수도의 중·고·대학생을 대상으로 동북아 청소년 역사인식의 공통점과 차이점을 비교하였으며, 국가관과 정부정책 등에 대한 신뢰도를 조사하였다. 세 나라 청소년들은 타국의 문화와 역사에 관하여 유연하고 개방적인 자세를 가지고 있으며, 다른 국가 국민들과 협력적 관계를 형성하였다.

■ 일본의 식품소비 연구

일반적인 식품소비 관련 연구로는 茂野(2007), ガンガ(2006), 時子山(1999) 등을 들 수 있다. 茂野(2007)는 가격·소득 등 영양섭취량의 변화요인과 가사 외부화의 요인을 분석하였으며, ガンガ(2006)는 AIDS 모형에 따라 1990년대 이후의 식품소비구조에 대해 분석하였다. 한편 時子山(1999)는 일본인의 식품 소비패턴 변화와 식생활의 외부화에 대해 분석하였다.

일본인의 연령별 식품소비와 관련한 연구로 森 외(2001), 石橋(2006) 등이 있다. 이들은 「가계조사」와 「국민영양조사」 자료로 코호트 분석법을 이용하여 일본인의 농산물 부류별 소비 구조에 대해 연령과 세대를 구분하여 분석하였다. 石橋(2006)는 연령대 및 식품 부류별 외식·중식(조리식) 소비지출액을 추정함으로써 젊은 연령층(특히 20~30대 독신남성)에서 식품소비의 외부 의존 경향이 뚜렷함을 주장하였다.

일본인의 식생활과 관련된 연구는 豊川·安村(2001), 上岡(2005, 2006) 등이 있다. 豊川·安村(2001)은 일본인의 식생활의 변화 실태와 변화 촉진요인, 푸드시스템과의 상호작용과 전망 등에 대해 분석하였다. 上岡(2005)는 일본인의 식생활이 서양화에서 외부화 되고 있으며, 1998년 이후 출생한 세대(단카이 3세 세대)의 2010년경 식생활(주식, 식사내용, 가공식품·외식, 식사습관 등)에 대해 예측하였다. 上岡(2006)는 후쿠시마현의 한 지역을 조사하여 식생활 실태를 분석하고 식생활 교육(식육)의 의의에 대해 연구하였다.

일본인의 식문화와 관련된 연구로 戸田(2001)가 있으며 이 연구는 역사적 관점에서 일본인의 식문화 변화 과정과 유럽·중국·한국의 식문화 변화과정에 대해 서술하였다.

廣政(2007)는 일본 젊은이(19~24세)의 패스트푸드(점포) 선택행동에 대해 로짓 모형과 그래프 분석법을 활용하여 분석하였다. 분석 결과, 젊은이들은 가격이 싼 패스트푸드(특히 햄버거)로 이동하였으며, 일찍 햄버거를 먹게 된 사람일수록 맥도널드와 같은 저가 전략을 취한 상품(점포)을 더 선호하는 경향이 있다고 주장하였다. 한편 氏家(2006)은 비집게 패널분석방법에 의해 식품안전

문제가 소비자선호에 미치는 효과를 분석하였다.

일본 농림수산성은 매년 식품소비행태에 관한 모니터조사를 실시하고 있다. 이 조사는 농식품 부류별 소비행태뿐 아니라, 「식문화의 계승에 대해」(2005), 「외식 및 중식에 대해」(2003), 「식생활, 결식·간식·편식에 대해」(2002) 등 식습관에 대해서도 실시하였다.

■ 중국의 식품소비 연구

중국에서 식품소비 관련 연구는 대부분 식품 소비구조의 변화 및 추세, 소비자의 식품 소비행위 및 영양요인 분석, 도시와 농촌의 식품소비 현황 및 차이, 지역별 식품소비 현황, 녹색식품 소비 및 식품안전 등에 집중되어 있다.

식품소비구조의 변화 및 추세에 대해서는 王恩胡, 李錄堂(2007)의 연구가 있으며, 도시와 농촌의 식품 소비 현황 및 차이에 대한 연구로 王恩胡, 楊選留(2007), 王吉春(2006), 朱高林(2006a), 朱高林(2006b), 董國新(2006), F. Gale, 唐平(2006), 朱晶, 鐘甫寧(2005) 등이 있다. 또한 소비자의 식품 소비행위 및 영양요인에 대한 연구는 王兆鋒, 俞紅(2007), 周靜, 周虹(2007), 대도시 지역의 식품 소비 연구는 俞菊生, 王勇(2006), 郝凱(2006) 등이 있다. 녹색식품 소비 및 식품안전에 대한 연구로 周靜, 馬李(2007), 王兆鋒, 俞紅(2007), 孟菲(2007), 周靜, 周虹(2007), 孫艷華(2006), 戴迎春, 朱彬(2006), 孫艷華, 劉湘輝(2005) 등이 있다.

중국 청소년층(13~17세)의 식품소비와 관련한 연구는 거의 이루어지지 않았으며 아동과 대학생들의 식품소비에 관한 연구가 일부 이루어졌다. 段少翔(2004), 楊海瑩(2002), 史可, 王元(2001) 등은 아동의 식품 소비심리와 소비행위를 분석하였다. 陳彤旭, 孫琚, 張超, 巫嫻(2006)은 중국 북경소재 5개 대학학생들을 대상으로 매체가 식품소비에 미치는 영향을 분석하였다. 張大英(2004)은 요녕성 서부지역 대학생들을 대상으로 설문조사를 통해 획득한 월 소득, 월 식품소비지출 등의 데이터를 이용하여 이원회귀모형으로 식품소비함수를 도출하였다.

黃發友, 陳沙麥(2003)은 설문조사를 통해 대학생의 소비현황과 문제점 등을 분석하였다. 任翔(2001)은 북경소재 모대학의 대학생을 대상으로 설문조사를 통해 대학생들의 소비수준과 특징, 소비에 대한 가치관과 경제력 등을 분석하였다.

■ 연구의 차별성

청소년층을 대상으로 한 식품소비 관련 연구는 영양학적인 분석이나 패스트푸드 등 가공식품 소비를 중심으로 이루어졌으며, 청소년층의 식품소비 전반을 대상으로 한 연구는 많지 않다. 또한 동북아지역의 역사적 특수성으로 한·중·일 3개국의 역사와 의식구조를 대상으로 연구가 수행된 바 있으나, 식품소비를 대상으로 한 비교연구는 추진되지 못하였다.

이 연구는 현재와 미래의 식품 수요주체인 청소년층을 대상으로 한·중·일 3개국의 식품소비를 구체적으로 비교·검토함으로써 중장기 식품 수요를 전망하고 청소년 식생활 개선 및 식품정책 수립에 기초자료를 제공한다는 점에서 다른 연구와 차별화 된다.

연구내용

이 연구의 주요 내용은 크게 다섯 부분으로 구성되어 있다. 한·중·일 식품소비 현황과 특징, 한·중·일 청소년의 식품소비와 선호도 분석, 한·중·일 청소년의 식생활과 소비의식, 한·중·일 청소년의 식생활 교육 및 관련 정책 비교, 식품수요 전망과 정책 과제 등이다.

먼저, 제2장에서는 한·중·일의 식품소비 여건 변화, 식품소비 추세, 영양섭취 구조 검토 등을 통해 한·중·일 식품소비의 전반적인 현황과 특징을 파악하

고자 한다.

둘째, 제3장에서는 한·중·일 청소년의 식품소비와 선호도를 비교 분석한다. 청소년의 식품 및 영양섭취 수준을 비교하고, 식품류 및 주요 식품별로 청소년층의 소비량 수준을 도출하여 소비추세를 분석하고자 한다. 또한 한·중·일 청소년층의 식품 선호도 특징을 비교하고, 3국 청소년의 한국 식품에 대한 선호평가를 검토한다.

셋째, 제4장에서는 한·중·일 청소년의 식생활 현황과 가치관을 비교한다. 또한 식품 정보의 활용현황을 조사하고, 일본과 중국 청소년의 한국 식품에 대한 인식을 비교 분석한다.

넷째, 제5장에서는 한·중·일 청소년의 식생활 교육 및 관련 정책을 비교한다. 청소년을 대상으로 한 식품 안전 및 영양 관리, 학교급식, 학교 교과 교육 등을 검토한다.

다섯째, 제6장에서는 청소년 식품 소비와 영양 섭취 및 식생활을 전망하고, 청소년 식품정책의 과제를 제시하고자 한다.

연구범위와 방법

■ 연구 범위

청소년의 정의와 범위

청소년기는 아동기와 성인기의 중간단계로서, Hall이 1904년 『Adolescence (청소년기)』라는 책을 출판한 이후 관심의 대상이 되어 왔다. 청소년기의 구체적인 연령범위는 다양하게 정의되고 있다. 발달심리학에 의하면 청소년 시기는 대개 사춘기가 시작되는 12세에서부터 성숙과정을 거쳐 사회적으로 독립된 성인으로 인정되는 22세에 이르는 10년의 기간에 해당된다.

우리나라는 관련법에서 청소년기를 다양하게 정의하고 있다. “청소년보호법”에서는 청소년층을 만 19세 미만, “청소년기본법”에서는 9~24세 이하 연령층으로 규정하고 있다. 또한 청소년을 10대와 동일한 개념으로 보는 견해도 있고 13~18세 연령층으로 정신적·육체적으로 미숙한 상태의 인간 성장단계로 보는 견해도 있으나, 중·고등학생을 청소년으로 구분하는 것이 가장 일반적인 경향이다(이기춘, 1999).

일본에서는 청소년이라는 용어가 사전에는 정의되지 않으며, 소년 또는 약년 등의 용어가 정의되어 있다. 소년은 7~8세에서 15~16세까지이며, 약년(若年)은 10대 후반에서 20대 전반까지 의무교육 종료 후에서 취직 전까지를 의미한다. 중국에서 청소년이라는 용어는 사전에서 청년과 소년을 포함한 계층으로 정의되고 있으나 다양한 해석이 존재하고 있다. 중국에서 청소년 계층은 대략 12~14세부터 18세까지 기간으로 정의되고 있다.

표 1. 청소년층의 정의와 범위 비교

국제기관	한국	일본	중국
UN(1985): 15~24세	청소년보호법: 0세~18세(만 19세 미만)	소년 또는 약년 등의 용어가 정의	사전적으로 소년은 10~15세, 청년은 15, 6~30세
FAO: 10세~24세 사이의 결혼을 불문한 남녀	청소년기본법: 9세~24세 이하	소년: 7~8세에서 15~16세	12세~18세, 13~18세, 만 14~18세, 14~25세, 14~28세 등 다양한 해석 존재
UN사무국 회원국 및 비정부단체 대상 설문조사: 최하 7세부터 30, 35세까지	아동복지법: 18세 미만 법무부의 소년법: 20세 미만 민법: 만 20세를 성년으로 규정 노동부의 근로기준법: 18세 미만	아동복지법: 소년은 초등학교~18세 노동기준법: 15세 미만은 ‘아동’, 18세 미만은 ‘연소자’ 모자 및 과부복지법: 20세 미만의 자 ‘아동’	중국 법률에는 성인 18세 이상 규정 중국공산주의청년단 가입연령은 14~28세

연구대상 청소년층

청소년층이 아동과 성인 소비자의 중간단계로 연령 범위가 매우 다양하게 정의되어 있다. 또한 연령 범위 내에는 대학생, 중·고등학생, 근로청소년 등 다양한 계층이 속해 있는데, 이들 계층의 식생활패턴과 소비생활이 매우 다른 양상을 보일 것으로 예상된다.

따라서 이 연구에서는 비교대상을 분명히 하기 위해 한·중·일의 중·고등학생을 분석대상으로 하였다. 한·중·일 3국 모두 중학교(중국은 初中學校) 3년, 고등학교(중국은 高中學校) 3년 기간으로 연령층은 주로 만 12~17세에 해당된다.

연구대상 중·고등학생은 한국의 경우 12~14세 연령계층의 99%와 15~17세 연령계층의 93%를 포함한다. 일본의 2007년 중·고등학생 비중은 12~14세 연령계층의 100%, 15~17세 연령계층의 97% 수준이다. 한편 중국에서는 2006년 기준 시 초등중학생이 12~14세 연령계층의 90%를 포함하나, 고등중학생은 15~17세 연령계층의 35% 수준에 불과한 한계가 있다.

표 2. 한국의 12~17세 인구 중 중·고등학생 비중

단위: 천명, %

연도	12~14세 인구 수	중학생 수	비중	15~17세 인구 수	고등학생 수	비중
2000	1,869	1,861	99.5	2,166	2,071	95.6
2005	2,058	2,011	97.7	1,864	1,763	94.6
2006	2,093	2,075	99.2	1,908	1,776	93.1
2007	2,095	2,063	98.5	1,971	1,841	93.4

자료: 통계청. 2007. '청소년통계'. 통계청 홈페이지(www.nso.go.kr)

분석 대상

이 연구에서는 식품으로 소비되는 농산물, 가공식품, 수산물 등 모든 식품을 분석 대상에 포함하며, 식품류별 분류를 기본으로 하되 쌀·쇠고기·돼지고기·닭고기 등은 품목별 분석을 병행하여 추진하였다.

수요처별로 가정식과 외식은 식품을 만드는 장소를 기준으로 구분한다. 식품 소비 분석 대상은 식품구입 및 섭취, 영양, 식생활, 식품관련 가치관과 인식을 포함한다. 청소년기의 식품소비에는 가정 내에서의 식생활뿐만 아니라 학교에서의 급식과 교육이 중요한 영향을 미칠 것으로 예상되므로 분석대상에 포함시킨다.

설문조사 대상지역은 각국의 수도 또는 대도시를 중심으로 한다. 한국의 경우 수도권, 일본은 도쿄·사이타마·치바·가나자와 등의 수도권, 중국은 북경을 대상으로 설정한다.

■ 분석 방법

청소년의 소비문화, 식품소비 정책, 식생활 교육 검토는 기존 문헌 검토와 관련 기관 방문조사를 중심으로 추진되었다. 주요 방문기관은 식약청, 교육과학기술부, 청소년개발원, 교육과정평가원 등이다. 한국의 식생활 관련 교과내용에 대한 검토는 교육과정평가원의 이수정박사 원고를 참조하였다.

청소년 식품소비와 영양섭취 분석을 위해서 통계자료 분석이 추진되었다. 3국에서 공통적으로 분석이 가능한 자료로는 통계청의 가계조사, 보건복지부의 국민영양조사, 식품수급표 등이 있다. 통계청 가계조사의 식품비 지출액자료, 보건복지부 국민영양조사의 영양섭취 및 식생활 자료, 식품수급표의 식품 및 영양공급량 자료 등이 추세 분석에 이용되었다. 청소년층의 식품 소비추세를 산출하기 위해서는 횡단면 자료로서 각국의 가계조사 원자료를 분석하였다. 한국의 경우 통계청 가계조사의 1985~2007년간 원자료가 분석에 이용되었으며,

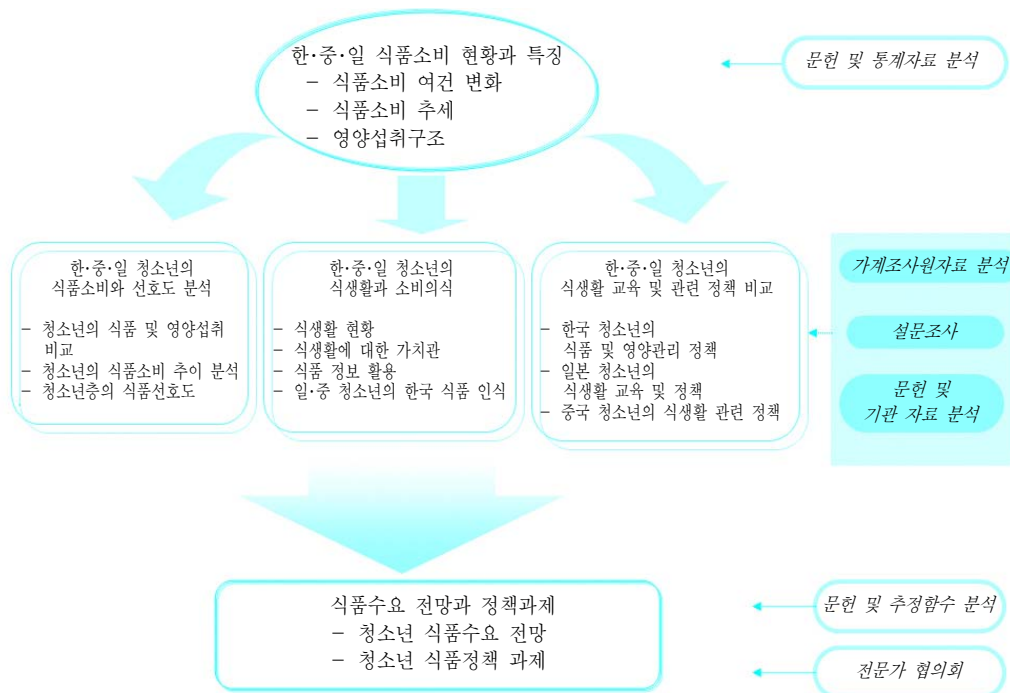
매년마다 가구의 식품류 및 주요 식품 지출액을 연령층별 가구원수 변수로 회귀분석 하여 연령계층별 소비량 추이를 산출하였다. 일본의 경우는 총무성의 가계조사 원자료가 이용되었으며, 1982, 1991, 2001, 2006년 자료가 분석에 이용되었다. 중국은 통계국의 가계조사 자료가 이용되었는데, 2002년 이후부터 원자료 이용이 가능하고 자료 이용상에 제약이 있어 2002, 2007년 북경지역 원자료가 일부 추출되어 분석에 이용되었다.

표 3. 3국의 식품소비 관련 주요 통계자료

		가계조사	국민영양조사	식품수급표
한국	조사기관	통계청	보건복지부	한국농촌경제연구원
	발표주기(최근자료)	1년(2007)	3년(2005)	1년(2006)
	자료특성	- 2인 이상 - 가구조사 - 7,500가구	- 독신 포함 - 개인조사 - 4,600가구	- 수급자료 이용
	조사항목	- 가구특성 - 지출액	- 식생활 - 가구특성 - 영양 - 식품섭취	- 식품공급량 - 식품·영양 공급량
	품목분류	품목별	품목별	품목별
중국	조사기관	통계국	위생부	FAO
	발표주기(최근자료)	1년(2007)	10년(2002)	1년(2005)
	자료특성	- 가구조사 - 도시, 농촌가구 분리 조사 - 도시 56,094가구 - 농촌 68,190가구	- 독실포함 - 가구 및 개인조사 - 71,971가구 (43,479인)	- 수급자료 이용
	조사항목	- 지출액 - 구입량	- 식생활 - 식품섭취, 영양	- 식품공급량 - 식품·영양 공급량
	품목분류	품목별	식품류별	식품류별
일본	조사기관	총무성	후생성	농림수산성
	발표주기(최근자료)	1년(2006)	1년(2005)	1년(2007)
	자료특성	- 2인 이상(독신 제외) - 가구조사 - 8,076가구	- 독실포함 - 개인조사 - 3,608가구(8,895인)	- 수급자료 이용
	조사항목	- 지출액 특성 - 구입량	- 식생활 - 식품섭취 / 영양	- 식품공급량 - 식품·영양 공급량
	품목분류	품목별	식품류별	품목별

청소년의 식품소비와 식생활 현황을 파악하기 위해 청소년층을 대상으로 설문조사하였다. 또한 청소년의 식품소비 및 식생활은 부모의 영향력이 크다는 점을 감안하여 청소년을 둔 가정주부를 대상으로 설문조사를 동시에 실시하였다. 한국과 일본은 각각 청소년 500명과 가정주부 500명을 대상으로, 중국은 각 200명씩을 대상으로 설문이 추진되었다.¹⁾ 청소년 대상 설문조사에서는 식생활 현황 및 급식 만족도, 식품관련 인지도와 평가, 식품소비에 영향을 미치는 요인분석, 상호국의 식품에 대한 평가 등이 조사되었다. 3국간 동일 설문 문항에 대해 조사하기 위해 몇 차례의 협의를 거쳤으며, 조사 시기도 7~8월로 통일하였다. 식품소비행태 분석을 위해 교차분석, 요인분석, 척도평가, 순차적 프로빗 모형 등 다양한 분석방법이 적용되었다.

그림 1. 추진체계도



※ : 일본, 중국의 설문조사와 자료수집은 위탁연구로 추진

1) 설문조사의 개요에 대해서는 부록 1을 참조.

일본과 중국의 식품소비현황 분석을 위해서 일본, 중국의 식품소비 전문가와 공동연구가 추진되었다. 일본은 중앙농업종합연구센터의 石橋喜美子(Ishibashi) 박사가 담당하였으며, 중국은 사회과학원 농촌발전연구소의 李成貴 박사가 담당하였다. 각국 연구자들은 청소년 식품소비 관련 문헌 및 통계조사, 식품정책 및 법률 조사, 공동 설문조사 실시 등에 참여하였다. 또한 연구기간 중 협의회와 국제워크숍을 개최하여 연구방향을 조정하고 의견을 수렴하였다.

제 2 장

한·중·일 식품소비 현황과 특징

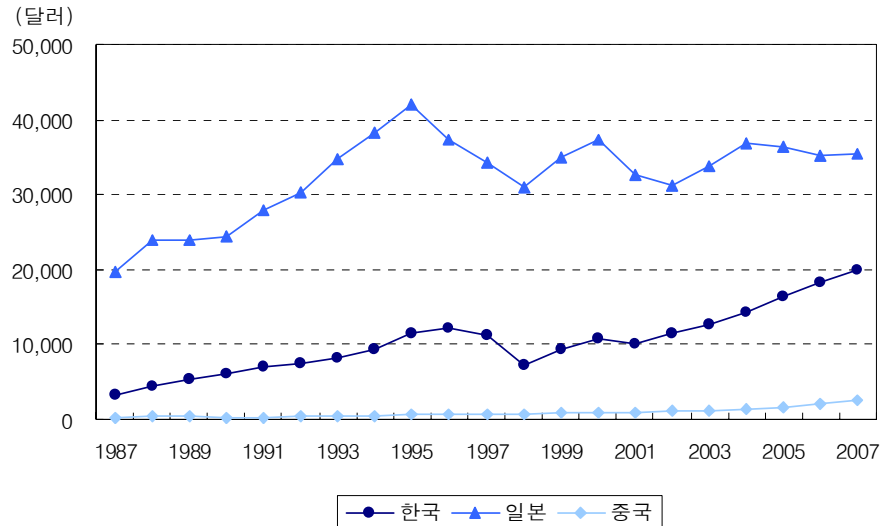
이 장에서는 한·중·일 식품소비에 영향을 미치는 경제·사회·인구적인 여건 변화를 살펴보고, 식품소비 추세를 비교하였다. 한·중·일 식품소비는 식품소비 지출 변화, 영양섭취구조 변화, 식문화 차이 등을 중심으로 주요 특징에 대해 검토되었다.

식품소비 여건 변화

경제적 요인은 소비에 영향을 미치는 대표적인 요인으로서 특히 소득수준은 식품소비를 결정하는 가장 중요한 요인으로 입증되고 있다. 한국의 1인당 국민소득은 2007년 20,045달러로 1987~2007년 동안 연평균 9.4%(2000년 불변가격기준)의 성장률로 지속적으로 증가추세를 유지하고 있다<그림 2>. 중국은 1978년 개혁개방 이후 안정적으로 빠르게 성장하여 왔다. 2007년 중국의 1인당 국민소득은 2,483달러로 조만간 중진국 수준인 3,000달러 진입을 앞두고 있다. 중국의 1인당 국민소득은 같은 기간 연평균 11.2%의 높은 성장률을 기록했다. 일본의 1인당 국민소득은 1987~2007년 동안 연평균 2.9%의 증가율을 나타내고 있으며, 소득증가폭이 점차 감소하여 2004년 이후에는 대체로 정체상태를 유지하고 있다.

최근 한·중·일 3국에서 공통적으로 나타나는 중요한 변화는 출산율 하락과 평균수명 연장 등에 따른 고령화 추세이다. 연령별로 식품에 대한 수요가 다르기 때문에 고령화는 인구구조를 변화시켜 식품수요에 큰 영향을 미치게 된다. 한국은 65세 이상 인구 비중이 1990년 5.1%에서 2000년에 7.2%로 증가하여 고령화 사회(Aging Society)에 이미 진입했다<표 4>. 2007년에 65세 이상 인구 비중은 9.9%에 달한다. 중국도 한국과 비슷하게 고령화가 진행되고 있다. 중국에서도 2000년에 65세 이상 인구 비중이 7.1%에 달해 고령화 사회가 되었으며, 2006년에는 9.2%에 달한다. 일본은 이미 2000년대 초반에 고령사회(Aged Society)로 이행하였으며, 2007년에는 고령인구가 20%를 넘는 초고령사회(Super-aged Society)가 되었다.

그림 2. 한·중·일 1인당 국민총소득 추이(2000년 불변가격), 1987~2007



자료: 한국은행, 통계청 자료 참조.

표 4. 한·중·일 인구구성비 추이 비교

국가	인구구성	1990	1995	2000	2007
한국	12~17세	11.5	10.6	8.6	8.4
	65세 이상	5.1	5.9	7.2	9.9
일본	10~19세	15.0	12.8	11.1	9.7
	65세 이상	12.0	14.5	17.3	20.8
중국	12~17세	11.2	10.1	10.9	10.2
	65세 이상	5.6	6.2	7.1	9.2

주: 중국은 이용 가능한 최근 자료가 2006년 실적임.

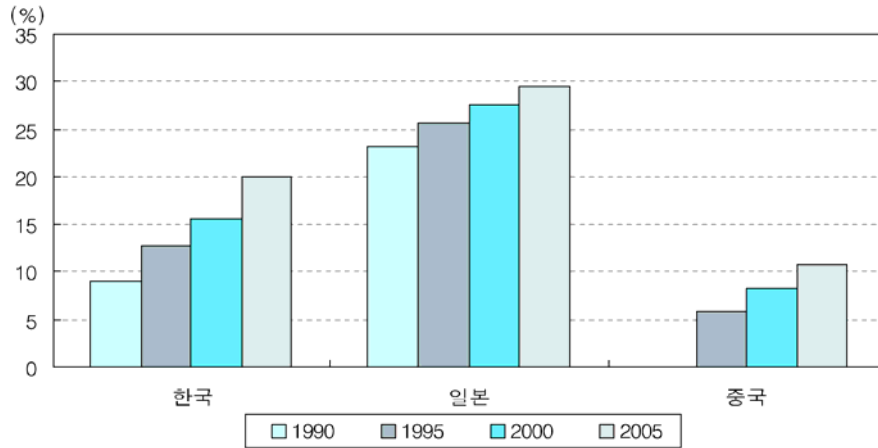
자료: 한국. 각 연도. 통계청 홈페이지(www.nso.go.kr),

일본 總務省統計局. 2008. 「國勢調査報告」,

중국 國家統計局. 2007. 「中國統計年鑑」

한편 한·중·일 3국의 청소년 인구비중은 고령화 추세의 영향으로 모두 감소 추세를 보이고 있다. 2007년 기준 시 일본과 중국의 청소년 인구비중은 10% 수준, 한국은 8% 수준에 달한다.

그림 3. 한·중·일 독신가구 추이 비교



자료: 한국. 각 연도. 통계청 홈페이지(www.nso.go.kr),
 일본 總務省統計局. 2008. 「國勢調査報告」,
 중국 國家統計局. 2007. 「中國統計年鑑」

1인 가구(독신가구)는 일반적으로 즉석·간편식품, 반조리식품의 소비를 선호하는 특성이 있어 식품산업에 미치는 영향이 매우 크다. 한국은 저출산의 영향으로 인구는 감소하는 추세이지만 1인 가구의 비중은 빠르게 증가하여 2007년 20%에 이르고 있다.²⁾ 일본은 한국보다 1인 가구의 비중이 높아 2005년 29.5%에 달하였다. 중국도 1인 가구의 비중이 꾸준히 증가하고 있으며 2006년에 10% 수준이었다.

일반적으로 가정 내 소비는 대부분 여성이 주도하는 특성이 있어 여성의 경제활동 확대는 식품소비에 커다란 영향을 미치는 요인이다. 여성의 고학력화와 출산을 저하로 경제활동 참여율은 지속적으로 증가하는 추세이다. 한국과 일본의 여성취업자 비율은 2006년 42% 정도로 비슷한 수준이지만 중국은 46.5%로 경제발전 단계에 비해 높은 수준이다. 이는 사회주의체제에서 남녀평등 사상이 생활 속에서 뿌리를 내린 결과이기도 하지만 경제성장 초기 부족한 노동력을 확보하기 위해 여성노동력을 적극 활용한 결과이기도 하다.

2) 한국에서 1인 가구의 증가는 노인단독가구(독거노인) 수의 급증이 주요 원인이라고 볼 수 있음. 2000년 1인 가구 중 60세 이상 노인의 비중은 61.8%에서 2008년(추계) 66.1%로 증가함(통계청, 추계가구 조사).

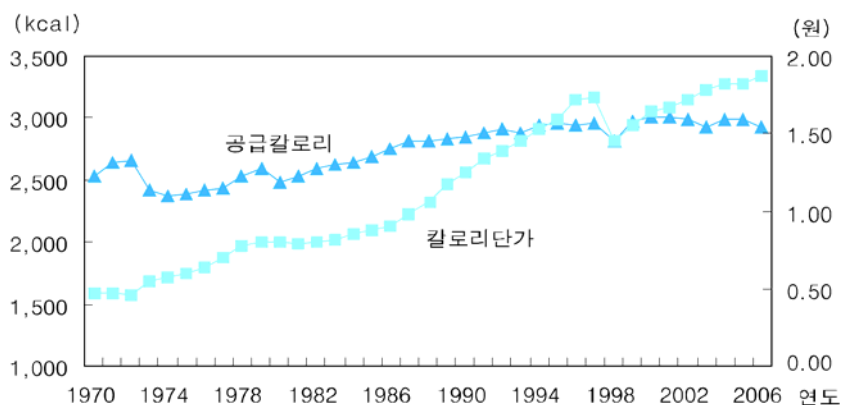
식품소비 추세

■ 식품소비단계의 특징

식품소비는 생존을 위한 영양을 충족하는 것이 일차적 목적이지만, 1인당 식품소비량이 포화수준에 접근하게 되면 양적인 증가는 멈추고 질적인 소비 내용이 변화하게 된다. 식품소비의 질적인 변화는 소비자가 식품 섭취 시 포만감 이외에 맛, 영양, 안전성 등 질적인 측면에 관심을 갖게 됨에 따라 양에 비해 지출 금액이 빠르게 증가하는 현상을 의미한다.

한국의 식품소비는 1980년대 후반 이후 소비량 증가율이 둔화되면서 질적인 향상을 추구하는 단계로 진입하였다. 한국의 1인 1일 공급칼로리는 1987년 2,810kcal까지 빠르게 증가하였으나 이후 증가율이 둔화되면서 2,900kcal 수준에서 정체되고 있다. 공급칼로리당 단가는 1980년대 후반까지 완만히 증가한 후 1988~1989년을 기점으로 빠르게 증가하고 있다.

그림 4. 한국의 1인 1일당 공급칼로리 및 칼로리단가 추이(2000년 불변가격)



주: 칼로리단가는 도시가계 가구원당 식품비지출액을 식품비 소비자물가지수(2000년 기준)로 디플레이트 한 후 칼로리공급량으로 나누어 산출함.

자료: 한국농촌경제연구원. 각 연도. 『식품수급표』, 통계청 홈페이지(www.nso.go.kr)

일본은 이미 1970년대 중반 이후 양적인 소비 증가는 거의 이루어지지 않고 식품이 고부가가치화 되는 성숙단계에 진입하였다. 1970년대 중반 이후 공급 칼로리당 단가는 약간씩 상승하는 추세이었지만 1990년대 이후에는 정체되고 있다.

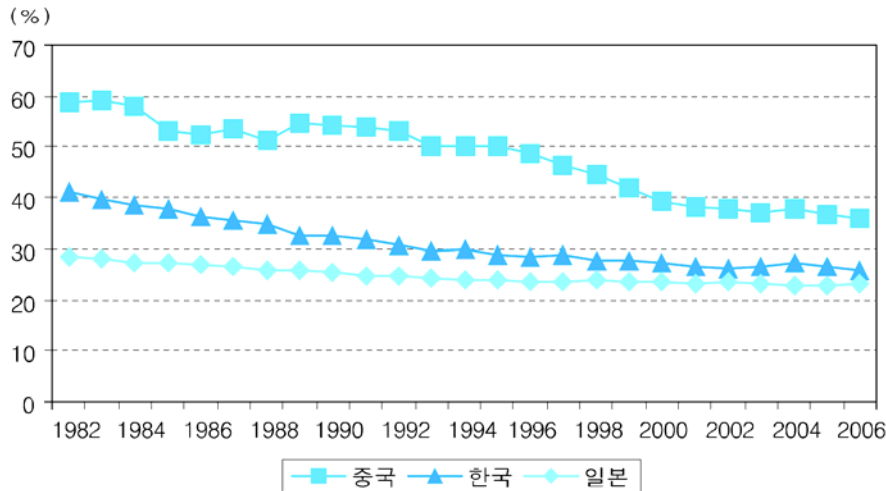
중국은 1978년 개혁개방 이후 1인 1일 공급칼로리가 2000년까지는 빠르게 증가하였으나, 2003년에는 2,940kcal 수준에 머물고 있다. 그러나 공급칼로리당 단가는 1995년 이후 급증하여 꾸준한 증가 추세를 보이고 있다. 중국에서도 소득수준이 향상되면서 신선식품 중심에서 점차 가공식품 소비 중심의 소비패턴으로 변화하고 있고, 고품질·안전 식품에 대한 수요가 증가하는 현상이 반영되고 있다.

■ 식품비 구성의 변화

식품비 비중 감소

일반적으로 국가의 경제성장 경험을 통해서 보면 가구의 소득수준이 향상되면 식품소비 지출액 증가폭이 소득 증가폭에 비해 상대적으로 적어져 엔겔계수는 하락하는 현상이 나타난다. 1982~2007년 동안 한국의 엔겔계수는 41%에서 25%, 일본은 28%에서 23%, 중국은 59%에서 36%로 각각 하락하였다<그림 5>. 일본의 경우 엔겔계수가 한국에 비해 안정적이며, 중국에서는 소득증가추세와 마찬가지로 빠르게 엔겔계수가 감소하는 특징을 나타내고 있다.

그림 5. 한·중·일 앵겔계수 추이



자료: 한국. 각 연도. 통계청 홈페이지(www.nso.go.kr),
 일본 후생노동성. 2008. 「국민건강·영양조사보고」,
 중국 國家統計局. 2008. 「2007中國城市(鎮)生活與價格年鑒」

외식 비중 증가

가구의 소득수준이 향상되면서 식품지출비 변화 중에서 가장 뚜렷하게 나타나는 현상은 가정 내 지출 비중이 감소하고 외식 지출비중이 크게 증가하는 것이다. 한국의 외식 지출비중은 1990년 20.3%에서 2007년 46.4%로 크게 증가하였다. 가구 소득계층별로는 하위 20% 가구의 외식비중은 33.5%, 상위 20% 가구는 51.6%로 상위계층의 외식비중이 매우 높게 나타났다. 또한 가구주 연령층별로는 60대 이상이 32.1%인 반면 20대는 56.1%로 연령층이 낮을수록 외식비중이 증가하였다.

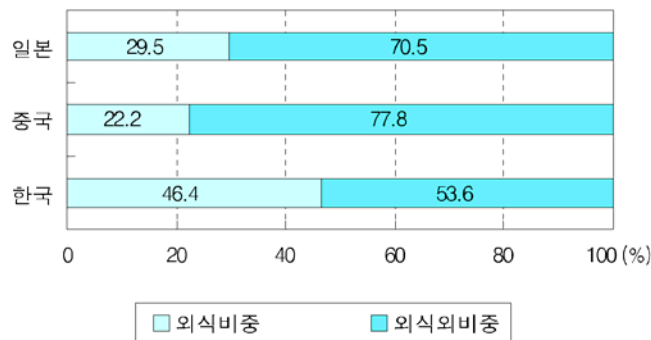
일본 가구에서 외식비 지출비중은 중식을 포함할 경우 1990년 24.1%에서 2007년 29.5%로 소폭 증가하였다. 외부에서 조리된 식품을 가정 내에서 소비하는 형태인 중식의 지출비중도 같은 기간 7.7%에서 11.2%로 증가하였다. 가구 소득계층별 외식 비중은 하위 20% 가구 24.3%, 상위 20% 가구 33.2%로

한국과 달리 소득계층에 따른 차이가 별로 크지 않은 것이 특징이다. 한편 연령층별로는 70대 이상이 21.6%, 20대가 39.1%로 큰 차이를 보였다.

중국에서도 도시가구의 외식 비중은 1995년 9.1%에서 2006년 22.2%로 빠르게 증가하였다. 소득계층별로 보면 최하위 계층 11.1%, 최상위 계층 35.7%로 한국과 마찬가지로 격차가 매우 크게 나타나고 있다.

한국의 외식 비중은 일본이나 중국에 비해 월등하게 높은 것으로 분석되었다. 일본에서 외식 비중이 한국에 비해 적은 것은 음식점에서 먹는 외식형태에 비해 상대적으로 가격 수준이 저렴한 조리식품을 구입하여 가정에서 먹는 외식형태(중식)의 비중이 높기 때문으로 보인다. 중국의 경우 식습관으로 볼 때 외식 비중이 높을 것이라는 인식이 일반적이지만 소득수준이 높은 계층을 제

그림 6. 한·중·일 식품소비 중 외식비 지출비중(2007)



- 주 1) 중국은 2006년도 기준.
 2) 한국에서 '외식은接客시설을 갖추고 있거나 즉석에서 조리하여 음식료품을 제공하는 음식점에 지불한 비용'으로 외부에서 조리하여 가정 내에서 먹는 경우를 포함함.
 3) 일본의 경우는 외부에서 조리하여 외부에서 먹는 '외식'과 외부에서 조리하여 가정 내에서 먹는 '중식'을 포함한 것임.
 4) 중국에서는 외식을 '집 이외 장소에서의 식사비'와 '직장식당, 요식업체에서 구입하여 집에서 먹는 경우(날개품목 분리·열거 시 그에 상응하는 식품항목에 포함, 날개 품목으로 분리할 수 없는 경우 외식에 포함)'로 규정함.

자료: 한국. 2007. 통계청 홈페이지(www.nso.go.kr),
 일본 후생노동성. 2008. 「국민건강·영양조사보고」, 총무성 통계국. 2008,
 중국 國家統計局. 2008. 「2007中國城市(鎮)生活與價格年鑒」

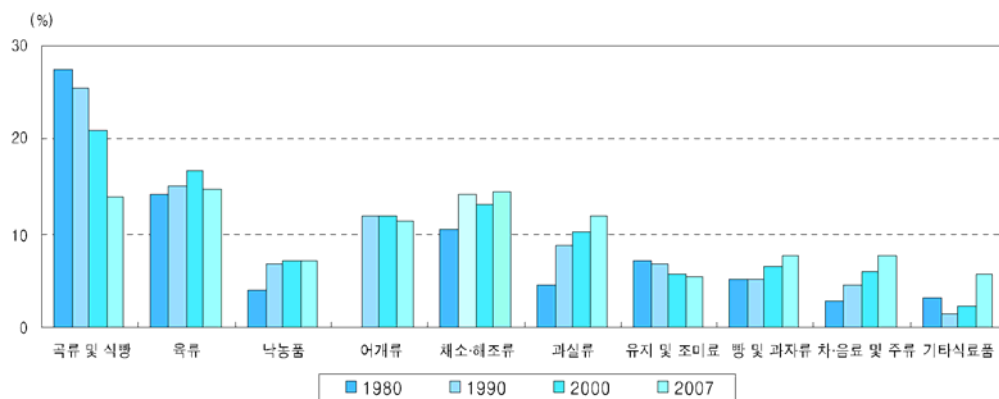
외하면 일반 가구의 외식 비중은 높지 않은 것으로 나타났다. 다만 젊은 계층을 중심으로 아침식사는 외식비중이 높지만 가격이 매우 저렴하여 전체 식품 소비 지출액에서 차지하는 비중은 매우 낮은 것으로 예상되었다.

식품류별 지출비중의 특징

가정 내에서 소비하는 식품류별 지출추이를 통해 국가별로 대략적인 식품소비 추세를 파악할 수 있다. 한국에서 주식으로 소비되거나 주식과 보완적으로 소비되는 식품의 지출비중은 감소하는 추세인 반면, 기호식품 성격이거나 건강에 좋다고 인식되는 식품의 경우 지출 비중은 증가 추세이다<그림 7>. 지출비중이 감소 또는 정체하는 추세를 나타내는 식품류는 곡류 및 식빵, 육류, 어패류, 유지 및 조미료 등이다. 반면 낙농품, 채소·해조류, 과일류, 빵 및 과자류, 차·음료 및 주류, 기타 식료품은 증가하는 경향을 보인다.

일본에서는 곡류, 어패류, 육류, 채소 및 해조류의 지출비중이 감소하는 반면, 과자류, 차·음료·주류, 기타 식료품의 비중은 증가하는 추세이다<그림 8>. 과일과 낙농품 지출 비중 감소와 유지 및 조미료 비중 증가가 한국과 다른 특징을 보이고 있다.

그림 7. 한국의 가정 내 식품류 지출비중 추이



자료: 통계청

그림 8. 일본의 가정 내 식품류별 지출비중 추이

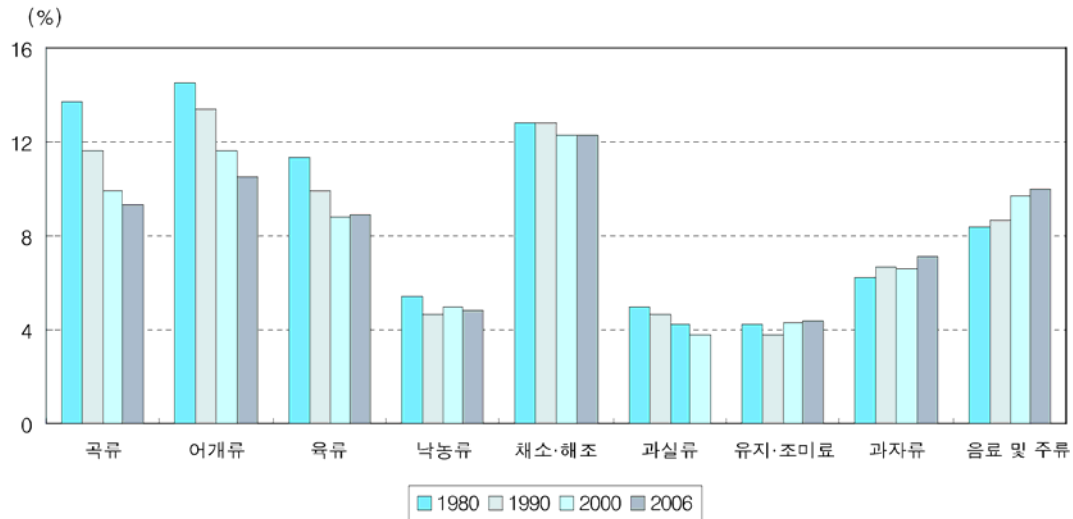
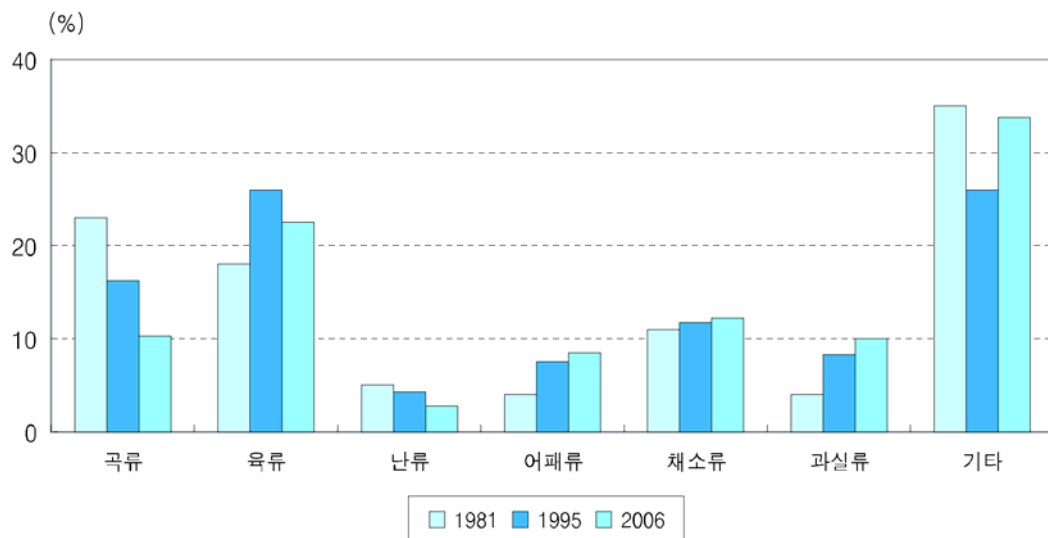


그림 9. 중국의 가정 내 식품류 지출비중 추이



중국에서는 곡류와 난류의 지출비중이 크게 감소하는 반면, 육류·어패류·과실류 등 대부분 식품의 비중이 증가하는 추세에 있다<그림 9>. 한국·일본에서는 공통적으로 육류와 어패류 비중이 감소하는 반면, 중국에서는 이들 식품류 비중이 증가하는 특징을 보이고 있다. 한편 중국에서 어패류 지출비중은 고소득계층일수록 증가하나, 육류의 경우는 소득수준이 증가할수록 지출비중이 감소하는 정반대의 특징을 나타내고 있다.³⁾ 따라서 소득수준 향상에 따라 향후 어패류 지출비중 증가추세는 지속하는 반면, 육류는 지출비중이 감소하는 추세로 전환될 가능성이 높음을 알 수 있다.

영양섭취구조

한국은 곡류 소비 감소와 육류 등 동물성 식품의 소비 증가로 동물성 단백질과 지방 섭취량이 크게 증가하였다. 1980~2005년 동안 동물성 단백질 비중은 28.7%에서 42.4%로 증가했고, 지방섭취량은 21.8g에서 46g으로 증가했다.

표 5. 한국의 1인 1일당 평균 영양소 섭취량 추이

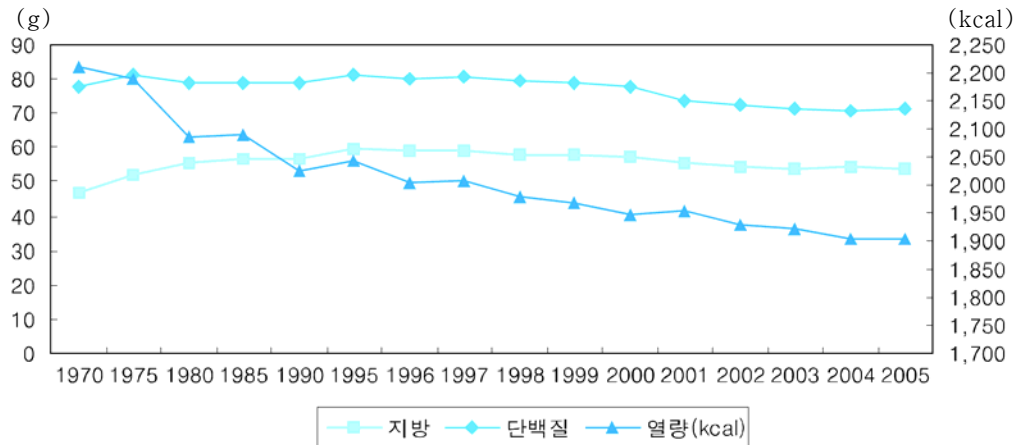
연도	에너지(kcal)	단백질(g)	지방(g)	동물성 단백질비(%)
1980	2,052	67.2	21.8	28.7
1985	1,936	74.5	29.5	41.7
1990	1,868	78.9	28.9	39.8
1995	1,839	73.3	38.5	47.3
1998	1,985	74.2	41.5	48.0
2001	1,976	71.6	41.6	47.9
2005	2,016	75.8	46.0	42.4

주: 동물성 단백질비(%) = 동물성단백질/총 단백질×100

자료: 보건복지부, 2006. 「국민건강영양조사 제3기(2005) 영양부문」

3) 가계의 식품비 중에서 육류 지출비중은 최상위층(상위 20%)이 19.7%, 중위층(중간 20%) 22.9%, 최하위(하위 20%) 24.5%로 소득수준이 높아질수록 육류 지출비중이 감소함.
(출처: 國家統計局城市社會經濟調查司, 2008. 「2007中國城市(鎮)生活與價格年鑒」, 中國統計出版社)

그림 10. 일본의 에너지 섭취량 변화 추이



자료: 일본 후생노동성. 2008. 「국민건강·영양조사보고」

표 6. 중국의 1982, 1992, 2002년 영양소 평균섭취량

구 분	전체			도시			농촌		
	1982년	1992년	2002년	1982년	1992년	2002년	1982년	1992년	2002년
에너지(kcal)	2,491.3	2,328.3	2,250.5	2,450.0	2,394.6	2,134.0	2,509.0	2,294.0	2,295.5
단백질(g)	66.7	68.0	65.9	66.8	75.1	69.0	66.6	64.3	64.6
지방(g)	48.1	58.3	76.2	68.8	77.7	85.5	39.6	48.3	72.7

자료: 翟鳳英·楊曉光. 2006. 「2002膳食与營養素攝入狀況-中國居民營養与健康狀況調查報告之二」. 人民衛生出版社.

일본의 1인 1일당 에너지 섭취량은 1970년 2,210kcal를 기점으로 감소추세로 전환하여 2005년에는 1,904kcal까지 지속적으로 감소하였다<그림 10>. 단백질과 지방의 섭취량은 1990년대 후반까지 증가 추세를 나타냈으나 이후 감소 추세로 전환되었다. 단백질의 에너지 공급 비율은 13% 수준에서 유지되고 있으며, 지방은 1990년대 보다 2000년대 소폭 증가하였다.

중국은 단백질 섭취 수준은 1982년 66.7g에서 1992년 68.0g으로 증가했으나 2002년에는 65.9g으로 1990년대 이후 정체 및 감소 추세를 나타내고 있다<표 6>. 중국의 지방섭취량은 한국과 일본에 비해 월등하게 많은 것이 특징이다. 1982~2002년 동안 중국의 지방섭취량은 48.1g에서 76.2g으로 증가하였다.

국별로 3대 영양소의 에너지 구성비를 보면 한국은 단백질의 에너지 구성비가 13.1~15.4%로 비교적 일정하다. 그러나 탄수화물의 에너지 구성비는 1980년 77.3%에서 2005년 64.3%로 감소한 반면 지방은 같은 기간 9.6%에서 20.3%로 증가하였다.

일본에서 단백질의 에너지 구성비는 15% 수준에서 일정하게 유지되고 있으며, 지방도 1990년대 이후 25% 수준에서 안정적 추세를 보이고 있다. 단백질의 비중은 한국과 비슷한 수준이지만, 지방 비중은 한국의 20%(2005년)에 비해 월등히 높은 수준이다.

중국에서는 단백질의 에너지 구성비가 1982년 9%에서 2002년 12%로 약간 증가했으며, 지방은 같은 기간 17%에서 30%로 크게 증가하였다. 3대 영양소의 에너지 구성비는 단백질의 경우 한국과 일본보다는 낮은 수준이지만 지방은 한국과 일본보다 높은 수준이다.

식문화

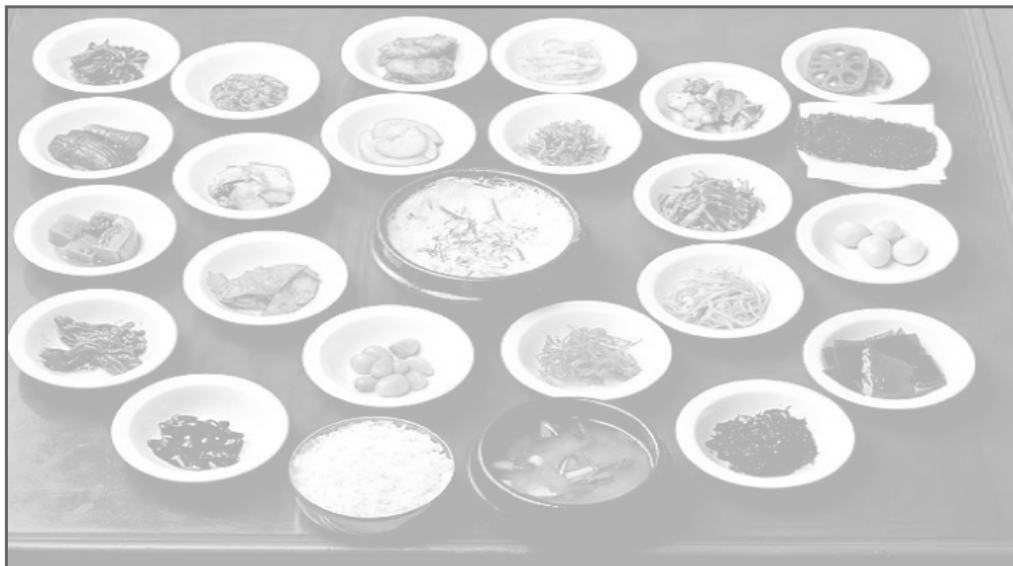
■ 한국

한국의 식문화는 주식인 밥과 부식인 반찬으로 구성되며 국이나 찌개와 같은 국물 음식이 필수적으로 곁들여진다. 주식은 쌀이나 보리 등 다양한 곡물류, 부식은 채소·육류·어류 등을 이용한 다양한 종류의 반찬 및 양념이 있다. 식사형태는 처음부터 상에 차려 나오는 반상(飯床)의 형식이며, 식사 양식은 고려시대에는 식탁을 사용하였으나 조선시대부터 좌식이 정착되었다(윤서석, 1993).

한국 식생활 문화의 주요 특성은 첫째, 곡식과 채소의 문화이다(김숙희, 1993). 식생활 형성에 가장 중요한 요인은 자연환경으로 한국의 기후는 고온다습하고 강수량이 많아 쌀농사에 적합하다. 이에 따라 쌀을 위주로 하는 밥, 죽, 떡 등의 곡류 문화가 정착되었다. 또한 신라시대부터 고려시대까지 불교를 국

교로 하여 육식이 금지되고 채소위주의 식생활이 발달하였다. 특히 산채와 채소 등 280여 종의 나물을 섭취하는 등 채소 소비가 많으며, 전쟁 등으로 인한 가난으로 야생식물 및 고구마와 감자 등의 구황작물이 발달하였다. 둘째, 발효 식품의 발달이다. 한국의 기후 조건으로 인하여 농산물은 한 해에 한 번 밖에 수확되지 않으므로, 수확된 농산물을 저장하기 위한 건조법과 발효법이 발전하였다. 콩으로 만든 장류는 중요한 단백질 공급원으로 균형 잡힌 영양 섭취를 가능하게 할 뿐 아니라 조미료의 기능을 하여 음식의 맛을 좌우하는 중요한 식품이다. 각종 채소의 발효는 주요한 반찬으로 자리 잡으며, 특히 김치는 신선한 채소를 얻을 수 없는 겨울철을 대비하여 개발된 독특한 저장식품으로 다양한 건강 기능성이 밝혀져 세계적으로 우수한 식품으로 받아들여지고 있다. 생선 및 어패류에 소금을 넣어 발효시킨 젓갈은 단백질이 풍부하여 아미노산의 주요 공급원이 되며 김치의 주요 양념으로도 이용된다. 이와 더불어 간장, 된장, 고추장, 청국장을 포함하는 장류가 발달하였으며, 장류는 콩을 이용한 전통 발효식품으로 주요한 조미품으로 자리 잡고 있다. 채소발효, 장류발효, 식초발효,

그림 11. 한국 7첩 반상의 예



수산물 발효 식품 등의 발효식품은 한국 식생활에서 중요한 부식 및 조미료로 자리 잡고 있다. 셋째, 탕반 문화의 발달로 반상 차림에 국이 꼭 올라오며 찌개, 전골 등의 종류도 다양하다. 이에 따라 숟가락이 보편화되고 용기 역시 우묵한 모양이 발달하였다.

■ 일본

2000년 전 아시아로부터 수도 경작 전래를 계기로 일본에 쌀 중심의 식문화가 뿌리를 내리게 되었다. 계절 채소나 어패류와 함께 해운 밥의 전통은 에도 시대(1600~1868년)에 식문화로 자리 잡게 되었으며, 현대 일본음식의 근간이 되었다. 또한 6세기 경 불교 전래로 법률에 의해 육식이 금지되고 정진요리인 채식위주의 음식이 발달하였다. 간장, 된장, 두부 및 기타 콩 제품 등 현대 일본인이 많이 먹는 식재료나 조미료는 15세기경에 형성되었으며, 현재 많은 사람이 즐기는 초밥은 19세기 초에 일본에서 풍부한 신선한 해산물을 활용하여 동경(당시 에도)에서 생겨났다.

일본식은 지금도 계승되고 있는데, 밥·된장국·절임채소를 기본으로 한다. 이외 채소요리, 두부, 생선구이, 회, 그리고 축산식품이 선호되고 있다. 최근 일본에서 인기 있는 외국음식은 중국식 고기요리와 채소 볶음, 한국식 고기구이 등이 있다. 어린이들에게는 스파게티나 햄버거, 카레라이스가 인기 있다.

최근 일본에서 빠르게 증가하는 식품소비 행태는 가정 밖에서 조리된 음식의 소비이다. 가정에서 초밥·면류·일본식 도시락·피자 등을 택배로 주문하거나, 슈퍼마켓이나 편의점에서 초밥·튀김·닭요리·도시락 등 많은 조리식품을 구매할 수 있다.

일본의 외식 장소로는 초밥, 튀김, 샤브샤브, 전골, 장어, 면류 등의 전문점이 인기를 얻고 있다. 라면이나 고기구이 전문점은 순수한 일본식이 아니라 중국식이나 한국식을 변형한 것이 많다.

그림 12. 일본 정식요리의 예



■ 중국

중국의 식문화는 유구한 중국의 역사만큼이나 오랜 역사를 지니고 있다. 멀리 춘추전국시대에 각 민족이 상호 융합되어 크게 남부와 북부의 2대 식문화가 형성되고, 산둥요리(북경, 천진 등 북부지역을 포괄하는 요리), 강소요리(강소, 절강, 안회 등지의 요리), 광둥요리(북건, 대만, 해남 등지의 요리), 사천요리(호남, 호북, 귀주, 운남 등지의 요리)의 맹아가 형성되었다.

중국의 통일왕조인 한나라 시기의 음식문화는 외래 음식의 유입으로 더욱 더 풍부해졌는데 당시 서역으로부터 오이, 호도, 아마, 당근, 석류 등이 유입되었다. 당 왕조의 장안은 당시 세계문화의 중심으로서 각 민족의 음식문화가 교류되고 융합되는 장소였다. 이 시기에 한족 전통의 음식문화와 외래 음식문화가 융합되어 ‘고기를 먹고 우유를 마시는 식문화’가 한나라와 당나라 시기 북부지역과 서북지역의 독특한 음식문화로 자리를 잡았다.

한나라와 당나라 시기는 중국 전통음식문화에 변화가 발생하는 시기이다. 동한 이후 침대가 서역으로부터 전래되어 점차 보편적으로 사용되기 시작했으며 중국 전통의 무릎을 꿇고 앉던 자세에 변화가 발생하였다. 위진 남북조 시대부터 시작된 가구의 변화는 수나라와 당나라 시기에 절정에 달해 의자와 탁자를 보편적으로 사용하게 되면서 탁자에 둘러앉아 식사를 하는 문화가 보편화되었다.

원나라 시기에 중국의 음식문화는 더욱 발전하여 양고기 샤브샤브, 월병, 오리구이, 양고기구이 등의 요리가 정착되었다. 한편 몽고의 서역 정벌과 원나라 시기 이슬람민족의 음식문화가 전래되어 발전하였다. 명나라 시기에는 전국 각지의 음식이 유입되어 독특한 북경요리가 탄생되었으며, 특히 궁중음식과 사대 부음식이 발전하였다. 또한 청나라 시기에는 만주족의 음식인 만한전석(滿漢全席)이 전래되어 정착되었다.

중국의 음식문화에서는 주식(밥, 면)과 부식(과일, 채소, 고기 등)이 구분되며, 볶는 조리기술의 발전, 다양한 음식 메뉴, 구황작물 이용, 먹는 즐거움 중시 등의 특징이 있다. 중국인은 식사 때 신선채소를 많이 먹으며, 식물 식용유를 선호하고 두유·두부 등 콩 제품을 선호한다. 또한 식전·식후에 차를 마시고 식

그림 13. 중국식단의 예



사 후 과일을 먹는 습관이 있다. 그 밖에 중국 음식에 길하고 복된 것을 축원하는 이름이 많고, 음식낭비 현상이 매우 심한 점 등도 중국 음식문화의 특징으로 볼 수 있다.

시사점

■ 한·중·일 식품소비 여건 유사, 트렌드 수렴추세

한국과 일본, 한국과 중국의 경제수준이 각각 20여년씩 차이를 두고 성장해옴에 따라 사회·인구적 여건도 정도의 차이는 있지만 비슷한 방향으로 변화하고 있다. 소득 증가·고령화·독신가구 증가·여성의 경제참여 확대 등이 공통적인 현상으로 나타나 식품소비에 영향을 미치고 있다.

식품소비 추세에서는 일본이 1970년대 중반, 한국이 1980년대 후반을 기점으로 질적인 향상을 추구하는 단계로 진입하였으며, 중국에서도 공급칼로리 단가가 꾸준히 증가하는 추세이다. 앵겔계수의 하락과 외식비중 증가추이도 비슷하게 나타난다. 식품류별 소비에서는 곡류 소비 감소는 동일한 현상이나, 한국에서 증가추세에 있는 과일류와 낙농품 지출이 일본에서는 감소추세를 보이고 한·일에서 감소추세인 육류가 중국에서 증가추세를 보이는 점 등에서 국가별로 약간 차이를 보였다. 영양섭취 측면에서는 한국에서의 동물성 단백질과 지방 증가와 중국에서의 지방 증가 현상이 뚜렷하게 나타나는 반면, 포화상태가 어느 정도 지속된 일본에서는 1990년대 후반 이후 단백질과 지방의 정체 내지는 감소경향을 보였다.

제 3 장

한·중·일 청소년의 식품소비와 선호도 분석

이 장에서는 한·중·일 청소년의 식품 및 영양 섭취수준을 살펴보고, 청소년층의 식품소비 추이를 검토하였다. 또한 한·중·일 청소년의 식품 선호도와 한국 식품에 대한 평가를 비교 분석하였다. 청소년의 식품소비 추이 분석에는 각국 가계조사의 원자료가 이용되었다.

청소년의 식품 및 영양 섭취 비교

■ 청소년의 식품 섭취

한국과 일본은 성인 대비 청소년층의 식품군별 섭취 수준이 유사하다<표 7>. 성인에 비해 곡류, 감자 및 전분류, 육류, 난류, 우유류 및 그 제품, 유지류의 섭취량이 높은 특징을 보인다. 청소년의 곡류 섭취량은 한국은 5%, 일본은 14% 정도가 성인보다 많으며, 육류는 한국의 경우 30%, 일본은 50% 정도 많은 것으로 나타났다. 우유류는 성인에 비해 2~3배, 계란류는 성인에 비해 30% 정도 많이 먹고 있었다. 유지류는 일본의 경우 식물성 유지류 섭취가 성인보다 40~50% 많은 반면, 한국은 식물성 유지류 섭취는 비슷하며 동물성 유지류 섭취가 성인의 3배 수준에 달하는 것으로 나타났다.

한편 청소년이 성인에 비해 적게 먹고 있는 식품은 설탕 및 감미료, 두류, 채소류, 버섯류, 과일류, 해조류, 음료 및 주류, 조미료류, 어패류 등이었다. 설탕류는 일본의 경우 성인 섭취량에 약간 못미치는 수준이지만, 한국에서 청소년의 설탕류 섭취는 성인의 60~87% 수준이었다. 종실류는 한국의 경우 성인의 절반에도 미치지 못하는 수준이었으나, 일본에서 여자 청소년은 성인보다 많이 소비하는 특징을 보인다. 채소류 섭취도 한국은 성인의 70% 수준에 불과한 반면, 일본에서는 90% 수준이었다. 해조류와 어패류 섭취는 성인의 60~80% 정도에 달했다.

표 7. 한·중·일 청소년의 식품류별 섭취수준(성인남자=100)

식품군	한국		일본		중국	
	남자	여자	남자	여자	남자	여자
곡류 및 그 제품	108.2	103.5	113.7	114.0	93.9	81.1
감자 및 전분류	124.7	98.0	125.5	122.1	95.7	93.4
당류 및 그 제품	59.8	87.3	94.3	97.1	92.1	78.9
두류 및 그 제품	88.2	76.9	78.7	83.0	81.3	78.2
종실류 및 그 제품	46.2	35.9	65.0	105.0	-	-
채소류	74.6	70.4	89.1	93.4	86.1	80.2
버섯류	83.6	66.0	80.6	75.9	-	-
과실류	98.6	74.9	97.1	88.2	167.9	182.4
해조류	57.9	61.8	66.7	57.5	-	-
음료 및 주류	44.2	81.5	48.2	47.8	-	-
조미료류	72.4	83.8	61.5	69.1	-	-
유지류(식물)	98.4	102.2	135.5	148.9	-	-
육류 및 그 제품	138.8	123.4	146.5	158.9	93.4	73.2
난류	134.0	143.8	128.6	139.1	91.0	82.7
어패류	63.4	79.5	72.4	80.6	88.5	71.6
우유류 및 그 제품	328.9	221.8	291.5	200.1	88.8	90.8
유지류(동물)	300.0	300.0	-	-	-	-

주: 중국은 감자 및 전분류에 서류를, 육류 및 제품에 돼지고기를 기입함.

자료: 한국 보건복지부. 2006. 「국민건강영양조사 제3기(2005) 영양부문」,

일본 후생노동성. 2008. 「국민건강·영양조사보고」,

중국 翟鳳英等. 2006. 「2002膳食与營養素攝入狀況—中國居民營養与健康狀況調查報告之二」. 人民衛生出版社

중국 청소년은 대부분 식품류의 섭취수준이 성인 대비 낮은 것으로 분석되었다. 다만 과일의 경우 청소년층 섭취량이 성인에 비해 68~82% 이상 많은 것으로 나타났다. 중국에서는 과일이 아이들에게 좋다는 인식이 일반화되어 가정이나 학교에서 섭취를 장려하기 때문인 것으로 보인다. 가정 내에서 많이 먹일 뿐 아니라 등굣길에 과일을 싸주는 경우가 많으며, 학교급식에서도 ‘학생찬’에는 반드시 과일이 포함되는 것으로 조사되었다.

대부분 식품류에 대해 남자 청소년의 섭취가 많지만 한국은 당류 및 그 제품, 해조류, 기타(동물)식품의 경우, 일본은 설탕 및 감미료, 두류, 종실류, 채소, 과일류의 경우, 중국은 과실류, 우유류의 경우 여자 청소년 섭취가 많다.

주요 식품에 대한 한·중·일 청소년의 섭취빈도는 대체로 유사하였으나, 일부 식품은 식습관 차이로 상이한 특성을 보였다<표 8>. 밥의 경우 한국은 1일 3회 이상(52.0%), 일본은 1일 2회(56.8%), 중국은 1일 1회(35.2%) 먹는 비중이 높았다. 3국 중에서 한국 청소년이 라면을 1주에 2~3회 섭취(30.4%) 하여 가장 자주 먹고 있었으며, 일본 청소년의 경우 1주일에 1회(24.8%) 먹는 비중이 높았다. 중국에서는 국수·만두를 1주일에 2~3회 섭취하는 비중이 높았다. 빵 및 과자류는 한국과 중국은 1주일에 2~3회 먹는 비중이 높은 반면, 일본은 1일 1회가 36.2%로 가장 높았다.

채소류 섭취 빈도는 한국과 일본의 경우 1일 2회 섭취비중이 각각 21.8%, 38.0%이었으며, 중국은 1일 1회 섭취비중이 43.7%로 높게 나타났다. 과일류 섭취 빈도는 한국의 경우 1주일에 2~3회의 비중이 26.4%인 반면, 일본과 중국에서는 매일 먹는다는 비중이 각각 36.0%, 68.9%로 높게 나타났다. 탄산음료와 주스는 한국과 일본은 1주일에 2~3회 섭취비중이 가장 높게 나타난 반면 중국은 1일 1회 섭취비중이 높게 나타났다. 차류는 한국의 경우 거의 섭취하지 않는다는 비중(27.2%)이 가장 높고, 일본은 1일 3회 이상(35.6%), 중국은 1주일에 2~3회(31.2%)의 빈도가 많았다. 커피는 한국과 일본은 거의 안 먹는 비중이 각각 36.6%, 52.0%로 높게 나타났으며 중국은 1주일에 2~3회가 28.6%를 차지하였다.

한국에서는 쇠고기를 1주일에 1회 먹는 비중(20.4%)이 높은 반면, 일본과 중국은 1주일에 2~3회가 각각 32.2%, 35.7%로 가장 많았다. 돼지고기와 육가공품은 3국 모두 1주일에 2~3회 섭취하는 비중이 높았다. 닭고기 섭취빈도는 한국의 경우 1달에 2~3회가 29.4%로 가장 많고 일본과 중국은 1주일에 2~3회가 각각 46.8%, 41.2%를 차지하였다. 어패류의 섭취빈도는 한국의 경우 1주일에 1회(25.0%), 일본(51.2%)과 중국(34.2%)은 1주일에 2~3회가 많았다.

표 8. 3국의 식품별 섭취 빈도

품목	국가	1일			1주			1달		1년	거의 안 먹음	기타
		3회이상	2회	1회	4~6회	2~3회	1회	2~3회	1회	6~11회		
밥	한국	52.0	34.2	7.0	5.4	1.0	0.2	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0
	일본	25.4	56.8	13.6	2.6	1.2	0.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	중국	4.0	29.1	35.2	23.6	5.5	0.5	0.5	0.0	0.0	1.5	0.0
라면	한국	1.4	1.2	5.6	11.4	30.4	23.6	15.2	4.6	1.0	5.6	0.0
	일본	0.0	0.0	1.2	1.0	9.0	24.8	23.6	15.6	7.0	17.8	0.0
	중국	0.5	1.0	4.5	4.5	13.6	15.1	4.5	2.0	12.6	41.7	0.0
국수, 만두 등	한국	1.2	1.0	2.8	6.2	16.2	27.0	25.4	9.4	3.0	7.8	0.0
	일본	0.2	0.2	2.6	3.8	17.6	40.8	26.0	6.4	1.4	0.8	0.2
	중국	0.0	2.5	16.6	17.1	33.2	14.1	4.0	2.5	3.0	7.0	0.0
빵 및 과자류	한국	2.2	4.4	16.8	25.4	30.4	12.0	5.2	0.6	0.4	2.6	0.0
	일본	0.8	5.0	36.2	16.2	25.8	10.2	4.2	1.2	0.2	0.2	0.0
	중국	0.0	1.5	7.5	20.1	43.2	17.6	5.5	0.5	1.0	3.0	0.0
채소류	한국	20.2	21.8	19.6	14.6	15.2	3.8	2.0	0.6	0.4	1.8	0.0
	일본	20.0	38.0	23.2	10.2	5.8	1.8	0.0	0.2	0.0	0.8	0.0
	중국	2.0	4.0	43.7	28.1	18.6	1.0	0.0	0.0	0.0	2.5	0.5
과일류	한국	5.4	7.2	20.6	23.0	26.4	8.2	5.8	1.4	0.6	1.4	0.0
	일본	1.2	4.0	30.8	16.2	23.2	12.8	6.6	2.2	0.2	2.8	0.0
	중국	1.0	16.6	51.3	21.6	6.5	1.0	0.0	0.5	0.0	1.0	0.5
탄산 음료	한국	1.2	3.4	8.2	12.0	24.2	20.2	14.4	4.2	2.8	9.4	0.0
	일본	2.6	4.4	10.8	11.4	20.2	17.6	12.2	4.2	1.4	15.0	0.2
	중국	2.0	10.6	58.3	16.6	11.1	0.0	0.5	0.5	0.0	0.4	0.0
차류 (커피 제외)	한국	3.8	3.2	5.2	7.0	13.8	16.0	14.8	6.6	2.4	27.2	0.0
	일본	35.6	16.0	17.0	8.6	8.6	4.2	3.8	0.8	0.0	5.2	0.2
	중국	0.0	1.5	24.1	26.1	31.2	7.5	3.0	0.5	0.5	5.5	0.0
쇠고기	한국	0.8	1.2	3.8	6.8	16.6	20.4	17.6	8.2	6.0	18.6	0.0
	일본	0.2	0.0	3.4	7.8	32.2	30.4	15.6	5.4	1.2	3.6	0.2
	중국	1.0	1.5	27.6	20.1	35.7	5.5	3.0	0.5	1.0	4.0	0.0
돼지 고기	한국	1.4	1.4	5.4	13.8	35.4	22.0	13.8	4.0	1.0	1.8	0.0
	일본	0.2	0.8	4.4	17.0	59.0	15.6	2.4	0.2	0.0	0.4	0.0
	중국	0.0	3.0	11.6	24.1	41.7	9.5	5.5	0.5	2.0	2.0	0.0
닭고기	한국	0.6	1.0	1.6	9.6	18.0	21.8	29.4	9.8	4.4	3.8	0.0
	일본	0.2	0.0	3.8	12.4	46.8	30.0	5.4	0.6	0.0	0.6	0.2
	중국	0.0	1.5	18.1	28.1	41.2	5.5	3.5	0.0	0.0	2.0	0.0
육가공품 (햄 등)	한국	0.4	1.0	4.6	9.8	21.6	18.8	19.4	8.8	5.6	10.0	0.0
	일본	0.2	0.0	9.2	12.2	39.6	28.0	6.4	1.8	0.4	2.2	0.0
	중국	0.0	1.5	9.0	22.1	50.3	10.1	4.0	1.0	0.0	2.0	0.0
어패류	한국	0.8	1.2	3.8	9.8	21.0	25.0	22.6	8.2	2.6	5.0	0.0
	일본	0.2	0.2	3.4	13.2	51.2	25.4	5.0	0.2	0.2	1.0	0.0
	중국	0.5	2.5	24.1	27.1	34.2	2.5	5.5	0.5	1.0	1.5	0.5
햄버거	한국	0.4	0.4	2.2	3.6	5.8	6.4	26.0	19.0	13.2	23.0	0.0
	일본	0.2	0.0	0.8	1.2	4.2	14.2	31.8	27.2	12.0	8.4	0.0
	중국	0.0	0.0	1.0	9.0	25.1	13.6	26.1	9.0	13.1	3.0	0.0
치킨	한국	0.6	0.4	1.4	3.4	6.2	10.8	34.0	23.6	11.6	8.0	0.0
	일본	0.2	0.0	1.0	1.2	2.2	9.2	19.4	25.8	24.8	16.2	0.0
	중국	0.0	0.0	1.0	9.0	22.6	16.6	23.6	17.6	7.0	2.5	0.0

자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

표 9. 3국의 외식 섭취빈도

국가	매일	1주		1달	1년	거의 안 먹음	기타
		4~6회 (주1회)	3회 이내	3회 이내	6~11회		
한국	1.2	5.0	23.4	35.6	17.4	17.4	-
일본	1.0	1.2	21.4	44.2	21.2	10.4	0.6
중국	3.5	11.6	40.7	35.7	6.5	2.0	-

자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

피자와 치킨 섭취빈도는 한국과 중국의 경우 1달에 2~3회, 일본은 1달에 1회가 가장 많았다. 햄버거 섭취빈도는 3개국 모두 1달에 2~3회의 비중이 가장 높았다. 외식은 한국의 경우 1달에 3회 이내가 26.6%로 가장 많고 일본은 1달에 3회가 44.2%, 중국은 1주일에 3회 이내가 40.7%로 많았다<표 9>.

■ 청소년의 영양수준

한국에서 청소년은 많은 영양소의 경우 권장량 대비 영양소 섭취수준이 낮으며, 에너지, 칼슘, 철, 칼륨, 비타민 A, 리보플라빈, 비타민 C는 권장량에 크게 못 미치는 수준이었다<표 10>. 에너지는 권장량 대비 87%를 섭취하고 있으며, 특히 칼슘과 칼륨의 섭취수준은 권장량의 절반 정도에 불과하였다. 청소년의 영양 섭취가 권장량을 초과하는 경우는 단백질, 인, 티아민, 나이아신이었다. 나트륨은 권장량의 3배 가까운 수준을 섭취하는 것으로 나타났다.

일본에서 청소년의 영양섭취가 권장량에 못 미치는 영양소는 칼로리, 칼슘, 철, 티아민으로 한국에 비해 부족한 영양소가 적었다. 다른 영양소는 대부분 권장량을 초과하였으며, 나트륨은 권장량을 초과하나 권장량의 20%를 초과하여 한국에 비해 높지 않은 수준이었다. 한국에서는 부족하나 일본에서는 적정 섭취 수준을 넘는 경우는 칼륨, 비타민 A, 리보플라빈, 비타민 C인 반면, 인과 티아민은 한국에서는 적정 섭취되고 있으나 일본에서 부족한 경우이다.

표 10. 한·중·일 청소년의 영양권장량 대비 섭취비율, 2005

영양소	한국	일본	중국(2002)
에너지	87.2	90.5	83.8
단백질	140.9	175.8	76.3
칼슘	46.4	73.3	34.3
인	122.8	99.6	89.9
철	77.3	89.7	107.3
칼륨	52.0	133.0	89.6
나트륨	287.9	119.5	389.5
비타민 A	82.9	169.6	-
티아민	119.0	94.7	-
리보플라빈	81.0	112.9	-
나이아신	104.1	121.0	-
비타민 C	81.1	127.3	84.7

주: 일본 섭취자료는 남녀 청소년 자료의 평균을, 중국은 11~13세, 14~17세의 평균 이용.

자료: 한국 보건복지부. 2006. 「국민건강영양조사 제3기(2005) 영양부문」,

일본 후생노동성. 「국민건강·영양조사보고」,

중국 翟鳳英等. 2006. 「2002膳食与營養素攝入狀況－中國居民營養与健康狀況調查報告之二」, 人民衛生出版社

중국에서 청소년은 철 이외에 권장량 대비 영양소 섭취수준이 낮으며, 특히 칼슘 섭취수준은 권장량의 34%로 칼슘 부족이 심각한 것으로 나타났다. 대부분 영양소가 부족한 반면, 나트륨 섭취는 권장량의 3.9배로 3국 중에서 가장 많은 수준이다.

연령별로 3대 영양소의 에너지 구성비를 비교하면 한국과 일본의 청소년층은 다른 연령층에 비해 지방의 에너지 섭취비중이 높으며, 단백질과 탄수화물의 섭취비중이 낮다<표 11>. 한국 청소년은 탄수화물-단백질-지방의 에너지 구성비가 62-14-24로 전체 평균 65-15-20과 비교해 볼 때 탄수화물과 단백질의 구성비는 약간 낮은 반면 지방의 에너지 구성비는 훨씬 높은 편이다. 한국 청소년의 경우 탄수화물은 20대 다음으로 낮으며, 지방은 모든 연령대에서 가장 높다.

표 11. 3국의 3대 영양소 에너지 구성비 비교(연령별)

3대 영양소	연령	한국(%)	일본(%)	중국(%)
단백질	계	15.1	15.0	11.8
	7~12	14.4	14.7	11.7
	13~19	14.6	14.7	11.9
	20~29	15.5	14.9	12.0
	30~49	15.6	14.7	11.9
	50~64	15.1	15.4	11.8
	65세 이상	14.0	15.2	11.8
지방	계	19.7	25.3	29.6
	7~12	22.5	28.5	28.1
	13~19	23.6	29.3	28.5
	20~29	23.5	27.7	30.0
	30~49	19.3	26.4	29.6
	50~64	14.8	23.9	29.9
	65세 이상	11.9	21.4	29.0
탄수화물	계	65.2	59.7	58.6
	7~12	63.0	56.8	60.2
	13~19	61.8	56.0	59.6
	20~29	61.1	57.4	58.0
	30~49	65.0	58.9	58.5
	50~64	70.1	60.7	58.4
	65세 이상	74.0	63.4	59.2

주: 일본 연령구성은 7~14, 15~19, 20~29, 30~49, 50~69, 70세 이상으로 구분.

자료: 한국 보건복지부. 2006. 「국민건강영양조사 제3기(2005) 영양부문」,

일본 후생노동성. 「국민건강·영양조사보고」,

중국 翟鳳英等. 2006. 「2002膳食与營養素攝入狀況－中國居民營養与健康狀況調查報告之二」. 人民衛生出版社

일본 청소년은 탄수화물-단백질-지방의 에너지 구성비가 56-15-29로 전체 평균 (60-15-25) 대비 탄수화물과 단백질 섭취비중이 낮고, 지방 섭취비중이 높다. 일본 청소년은 다른 연령층과 비교해볼 때 탄수화물 섭취비중이 가장 낮고 지방 섭취비중은 가장 높은 계층이라는 특징을 갖고 있다. 반면 중국 청소년은 탄수화물-단백질-지방의 에너지 구성비가 60-12-28로 전체 평균인 59-12-29와 비교해볼 때 지방 섭취비중이 낮아 한국, 일본과 다른 양상을 보인다.

3국 청소년의 공통적인 특징은 이상적인 에너지 구성비인 탄수화물 55~70%, 단백질 7~20%, 지방 15~25%(성인 한국인 기준)와 비교할 때 지방이 적정량을 초과하고 있다는 점이다. 중국 청소년은 다른 연령층에 비해서 지방 섭취비중이 낮지만 적정 영양섭취 수준과 비교할 경우 높은 편이다.

청소년층의 높은 지방 섭취 비중은 3개국 모두에서 비만율의 빠른 증가를 가져왔다. 한국 청소년의 비만율은 1998년 8.7%, 2005년 16%로 약 2배 증가하였으며, 일본에서는 1998년 9%(1990년 8%)에서 2007년 11% 수준으로 증가하였다. 또한 중국의 아동 및 청소년 비만율(도시)도 1995년 4.5%(7~18세)에서 2005년 11.4%(도시남성, 7~22세) 수준으로 증가하였다. 청소년기의 비만은 성인기 비만으로 이행될 가능성이 높기 때문에 비만의 예방 및 관리 정책이 적극적으로 실시될 필요가 있다.⁴⁾

4) 우리나라 청소년의 영양소 섭취 실태는 1980년대 이후로 좋아지고 있으나 아동과 청소년들의 영양소 섭취 상태는 불균형적이다. 특히 청소년들은 필요에너지의 33% 이상을 간식으로 섭취하는데, 간식이 과자류, 패스트푸드, 탄산음료가 많아 청소년 비만 등의 영향불균형에 미치는 영향이 커지고 있다. 청소년들이 간식으로 많이 섭취하고 있는 동물성 지방 및 단순당이 풍부한 고에너지 식품 위주의 식습관이 비만과 직접적으로 연관이 있음이 밝혀졌다. 제3차(2007년)청소년건강행태 온라인조사통계에 따르면 청소년 비만율은 2005년 남학생 11.2%, 여학생 5.6%에서 2007년 남학생 12.9%, 여학생 6.3%로 증가되었다. 이와 함께 체중 감소를 시도하는 청소년도 2005년 32.5%에서 35.7%로 증가하였고, 부정적 체중감소 시도율도 높아졌다. 비만은 성인기에 당뇨병, 고혈압, 고지혈증, 대사증후군의 유병률을 증가시키고, 심혈관계 사망의 위험성을 직접적으로 증가시킨다. 청소년기 식습관의 불균형으로 형성된 비만이 국민건강에 커다란 부정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 체중 감소 시도율의 증가는 성장기에 불균형적인 영양을 공급하고, 잘못된 식습관을 형성하게 하여 성인기의 건강에 부정적 영향을 미치게 된다. <가정의학과 전문의 소견>

청소년층의 식품소비 추이 분석

■ 분석방법

소비자는 그들이 처한 경제·사회·인구 특성에 따라서 식품소비에 다르게 반응하므로, 인구변수를 통한 청소년층 식품소비 분석 자료는 식품 전망과 정책 실행에 유용한 정보를 제공할 수 있다.

연령별 식품소비구조 분석을 위해서는 동일한 연령층별 표본을 다른 시점에서 관찰한 패널자료가 가장 적절하나 패널 조사되고 있는 식품소비 관련 자료가 없다. 연령층별로 소비 자료가 조사·발표되는 자료는 ‘국민영양조사’가 유일하나, 자료 이용에 한계가 있어 분석 자료로 활용되기에는 어려움이 있다. 한국은 1998, 2001, 2005년 자료만 이용 가능하고, 중국은 2002년 조사가 가장 최근자료이어서 시계열 자료화 될 수 없다. 일본에서는 자료 분석이 가능하나, 후생노동성에서 실시한 ‘국민영양조사’에는 품목별 자료가 포함되지 않고 1년에 하루만 조사를 하고 있기 때문에 계절성을 반영하지 못하는 문제가 있는 것으로 검토되었다.

한·중·일 공통으로 이용할 수 있는 자료는 식품소비 관련 자료는 ‘가계조사’의 식품비 지출관련 횡단면자료이다. ‘가계조사’에서 이용 가능한 자료는 가구원 구성원의 연령 구성별 분포와 가구의 품목별 월평균 지출액이다. 한편 ‘가계조사’는 가구를 단위로 하는 조사로 개별 구성원의 식품비 지출액이나 구입량이 조사될 수 없기 때문에 연령 구성별 소비 자료를 산출하기 위해서는 계량 분석방법이 적용되어야 한다. 횡단면 자료의 시계열자료로부터 패널자료의 특성을 추론하는 방법으로 Deaton(1985)에 의해 소개된 가상코호트(Synthetic Cohort)방법은 풍부한 데이터 풀로부터 코호트 분석이 가능한 장점이 있으나, 가구주 연령을 중심으로 분석이 가능한 한계가 있다.⁵⁾ 즉, 이 분석에 의하면

⁵⁾ Deaton(1985)에 의해 소개된 가상코호트(Synthetic Cohort)분석방법은 이계임(2007) pp61~67에 자세히 설명되어 있음.

가구주 연령대인 20대 이상 연령계층의 소비구조분석이 가능하나, 10대 청소년층의 소비 추이를 산출할 수 없다.

따라서 이 분석에서는 통계청 가계조사 원자료를 이용하여 청소년층의 식품류별·품목별 식품 소비 추이를 산출하기 위해 이시바시(石橋喜美子, 2001)의 분석 방법을 적용하였다. 이 방법은 가계조사 원자료의 식품비 구입량 또는 지출액(불변)을 가구의 연령층별 가구원수 변수로 회귀 분석하여, 연령계층 구성원수의 모수 추정치로 해당연령대의 구입량 또는 지출액 추이를 파악할 수 있다.

$$E_j = \alpha_1 X_{1j} + \alpha_2 X_{2j} + \cdots + \alpha_n X_{nj}$$

여기서, E_j 는 해당세대의 재화지출액, X_{ij} 는 연령계층 구성원수이다.

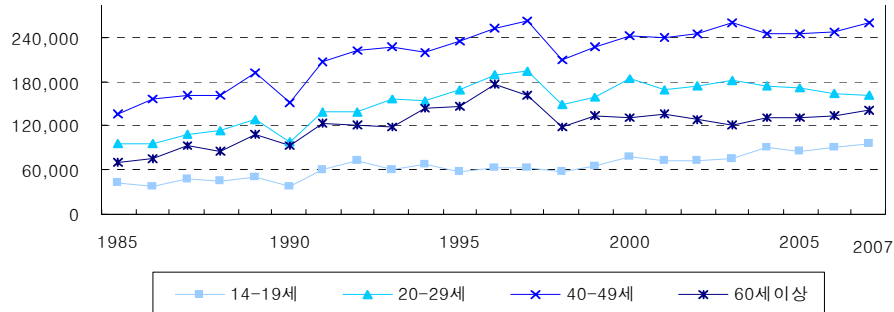
한국은 통계청 가계조사의 1985~2007년간 원자료가 분석에 이용되었으며, 식품별 월간 지출액 자료가 발표되기 때문에 소비량 추세를 파악하기 위해 소비자물가지수(2000=100)로 디플레이트 하여 불변가격으로 환산한 값을 모형에 투입하였다. 일본은 총무성 가계조사의 1982, 1991, 2001, 2006년 원자료가 이용되었다. 일본의 가계조사에서는 지출액 외에 구입량이 발표되고 있으므로 품목별 구입량을 기준으로 하였으며, 외식의 경우만 지출액(2000년 불변가격)을 종속변수로 분석하였다. 중국은 통계국의 가계조사 자료가 이용되었는데, 2002년 이후부터 원자료 이용이 가능하여 2002, 2007년 북경지역 원자료 중 일부가 추출되어 분석되었다. 분석에 이용된 중국 표본 수는 2002년 1,000개, 2007년 2,000개이다. 중국 가계조사에도 일본과 마찬가지로 품목별 지출액과 구입량이 조사되고 있으므로 품목별 구입량을 종속변수로 설정하였으며, 외식은 지출액(2000년 불변가격)에 대하여 분석하였다.

1985~2007년간(불변가격) 매년의 회귀분석을 통해 산출한 연령계층별 식품비 추정치를 시계열적으로 연결하면 해당 연령계층의 식품소비 추이를 파악할 수 있다. 식품비 지출수준은 40대가 가장 많았으며 20대, 60세 이상, 14세 이상 순으로 나타나, 13세 이하 영·유·소아를 제외할 경우 청소년층의 식품비 지출수준이 가장 낮은 것으로 나타난다<그림 15>.

Figure 1 is a dual-axis line graph showing the average daily food intake (kg) and expenditure (won/kg) for different age groups. The X-axis represents age groups: 5세이하, 6-13세, 14-19세, 20-29세, 30-39세, 40-49세, 50-59세, and 60세이상. The left Y-axis represents expenditure in won/kg (0 to 50,000), and the right Y-axis represents intake in kg (0 to 150,000). The legend includes: 곡류 (Grains), 육류 (Meat), 어패류 (Seafood), 채소류 (Vegetables), 과일류 (Fruits), and 외식 (Expenditure).

Age Group	곡류 (kg)	육류 (kg)	어패류 (kg)	채소류 (kg)	과일류 (kg)	외식 (won/kg)
5세이하	5,500	4,500	3,500	2,500	1,500	15,000
6-13세	7,500	3,500	2,500	1,500	1,000	25,000
14-19세	8,500	3,500	2,500	1,500	1,000	45,000
20-29세	13,500	7,500	4,500	2,500	1,500	90,000
30-39세	18,000	14,000	11,000	4,500	2,500	135,000
40-49세	20,000	20,000	15,000	5,500	3,500	125,000
50-59세	23,000	20,000	20,000	6,500	4,500	90,000
60세이상	25,000	15,000	15,000	5,500	4,500	30,000

그림 15. 한국의 식품비 지출추이



쌀 소비는 1985년만 하더라도 10~20대와 60대 이상이 비슷한 수준이었으나, 1990년대 이후 연령계층별 쌀 소비 격차가 확대되는 추세를 보인다<그림 16>. 청소년층은 20대 이상 연령계층과 비교할 때 쌀 소비가 가장 빠르게 감소하여, 2000년대 이후 청소년층의 가장 적은 수준이다. 반면, 빵과 과자류는 60대 이상 연령층을 제외하고 대부분 연령층에서 소비가 빠르게 증가하는 추세를 보였다<그림 17>. 청소년층은 1980년대 후반까지만 하더라도 60대 이상 연령층과 함께 빵과 과자류 소비가 가장 적은 계층이었으나, 이후 소비가 가장 빠르게 증가하여 2005년 이후 가장 소비가 많은 계층이 되었다.

그림 16. 한국의 연령계층별 쌀 소비 추이

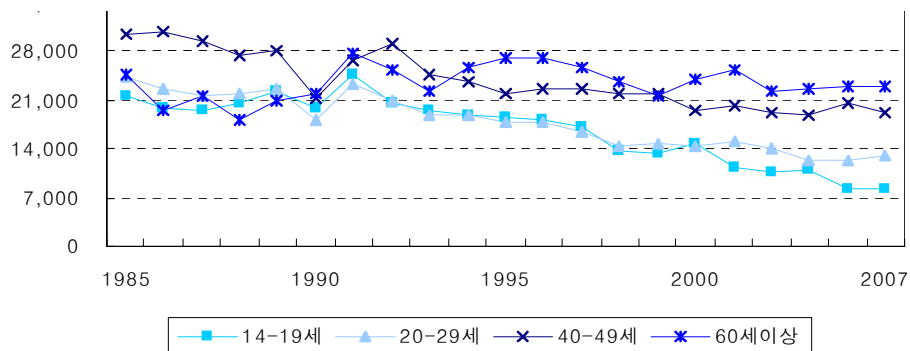


그림 17. 한국의 연령층별 빵 및 과자 소비 추이

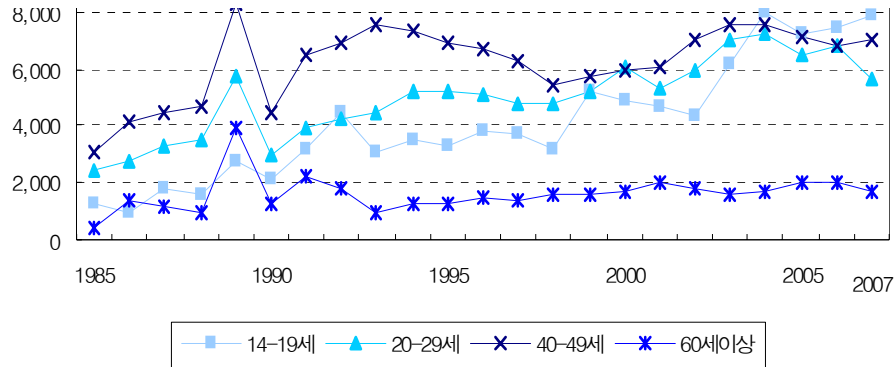
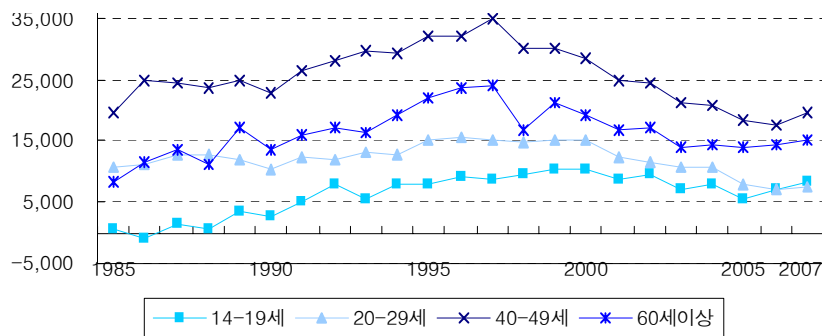


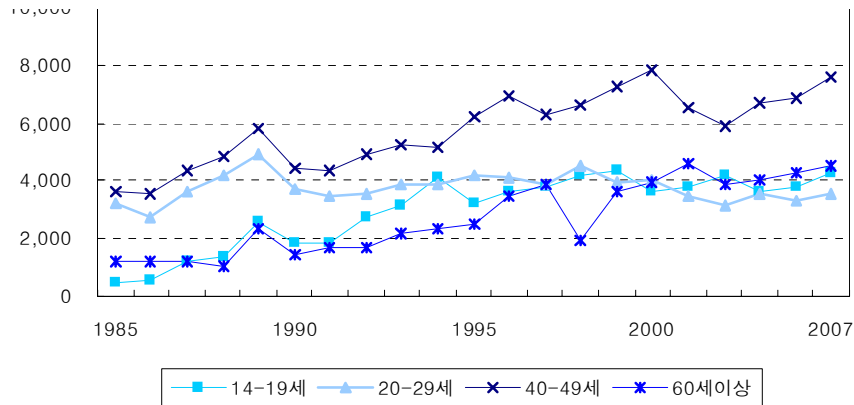
그림 18. 한국의 연령층별 육류 소비 추이



육류는 2000년까지 대부분 연령계층에서 소비가 약간씩 증가하는 추세를 보였으나, 이후 전반적으로 감소 또는 정체하는 특징을 나타낸다<그림 18>. 청소년층의 육류 소비는 다른 연령계층에 비해 빠르게 증가하고 2000년대 들어서도 정체수준을 유지하는 경향을 보여 다른 연령층과의 소비격차가 크게 감소하였다. 2005년 이후는 청소년층 소비가 20대와 비슷한 수준을 나타내었다.

육류 품목별로 청소년 소비 추이를 살펴보면, 청소년층의 쇠고기 소비는 대체로 정체추세인 반면, 돼지고기와 닭고기 소비는 증가추세를 보이는 것으로

그림 19. 한국의 연령층별 돼지고기 소비 추이



분석되었다. 돼지고기는 20대를 제외하고 대부분 연령계층에서 소비가 빠르게 증가한 품목이다<그림 19>. 1980년대 후반까지 청소년층의 돼지고기 소비는 20대의 절반에도 못 미치는 수준이었으나, 1990년대 후반부터 20대 소비와 비슷한 수준을 보였으며 특히 2000년대에는 20대 소비를 추월하는 수준이 되었다.

과일은 40대와 60대 이상에서 장기적으로 증가추세를 나타내고 있는 반면, 20대와 청소년층은 2000년대 이후 감소 추세를 보이고 있다<그림 20>. 청소년층의 과일 소비는 20대 이상 연령층과 비교 시 가장 적은 것으로 나타난다. 채소는 60대 이상을 제외하고는 대체로 감소추세를 보여 왔으나, 청소년층은 2000년대 후반 들어 약간씩 증가하는 추세를 나타내고 있다<그림 21>. 급식 등의 영향으로 청소년의 김치 소비 감소가 둔화되고 양채류 소비가 증가한 영향으로 보인다.

어패류 소비는 60세 이상 연령층에서는 증가추세를 보이는 반면, 다른 연령층에서는 2000년대 이후 정체 내지 감소추세로 전환되는 양상을 보였다<그림 22>. 청소년층의 어패류 소비는 가장 적으며, 1990년대까지 소비가 증가하였으나 2000년대 이후 약간 감소한 상태에서 유지되고 있다.

외식은 전 연령층에서 증가추세를 나타내었으며 특히 40대, 20대의 빠른 증가가 눈에 띈다. 청소년층은 2000년대 들어 소비가 크게 증가하였다<그림 23>.

그림 20. 한국의 연령층별 과일 소비 추이

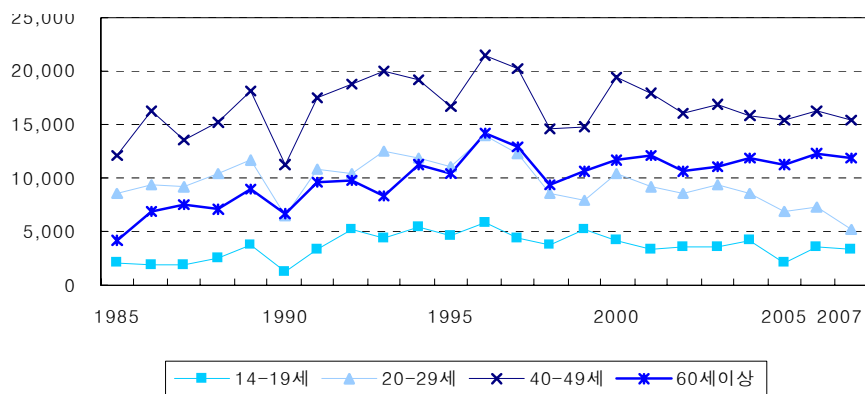


그림 21. 한국의 연령층별 채소 소비 추이

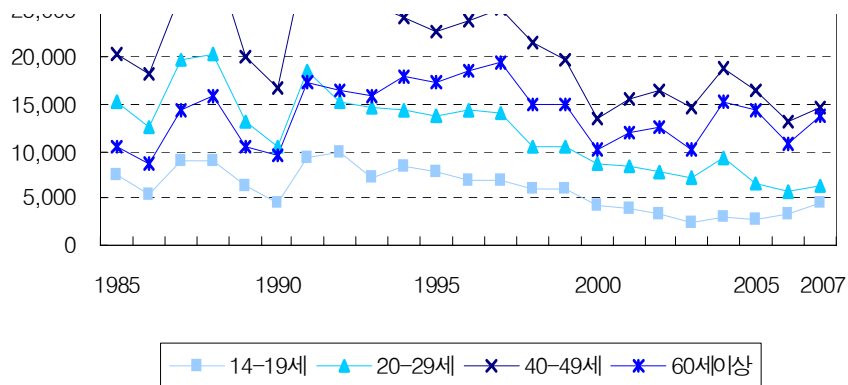


그림 22. 한국의 연령층별 어패류 소비 추이

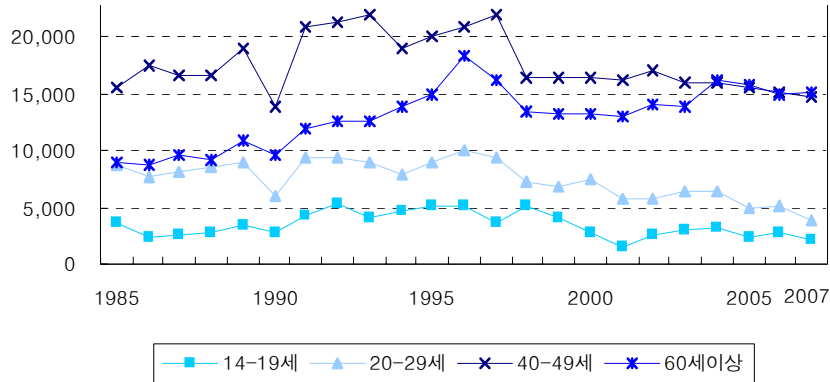
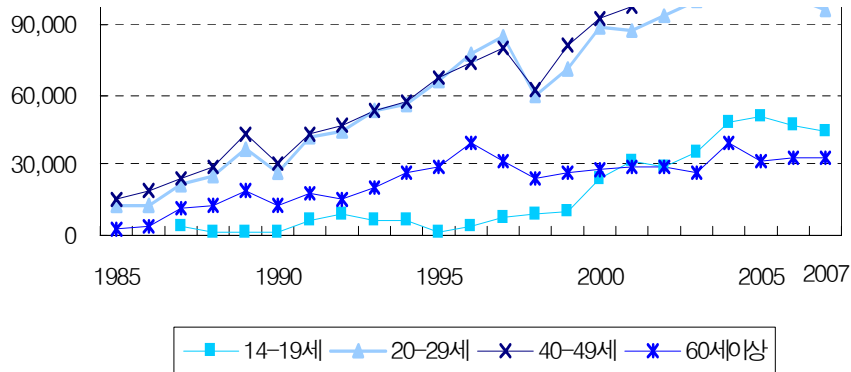


그림 23. 한국의 연령층별 외식 소비 추이



■ 일본 청소년의 식품소비 추이

품목별 구입량을 종속변수로 연령계층별 가구원수에 대해 회귀분석하여 연령대별 소비추세를 산출하였다. 일본의 경우 가구원의 연령계층이 5세 단위로 구분되어 있기 때문에 10대의 소비추세를 참고하였다.

일본에서 쌀 소비량은 70대 이후를 제외하면 대체로 감소추세를 보여 왔으

나, 한국과 달리 2000년대 이후 20~30대에서 쌀 소비가 약간 증가하는 추세로 전환되었다<그림 24>. 청소년층의 경우도 최근 들어 쌀 소비감소추세가 약간 둔화되는 특징을 보인다. 일본에서 청소년층과 젊은 층을 중심으로 쌀 소비가 최근 증가추세를 보이고 있는 것이 장기간에 걸쳐 추진해 온 식생활 개선정책의 성과인지 여부에 관심을 갖고 주목할 필요가 있다.

빵과 과자류는 한국과 마찬가지로 모든 연령층에서 증가하는 추세를 나타내고 있다<그림 25>. 한국과 다른 점은 70대 이상 연령층의 빵과 과자류 소비

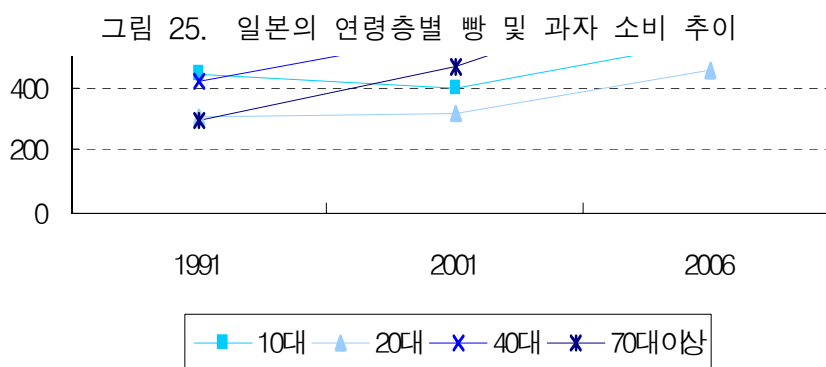
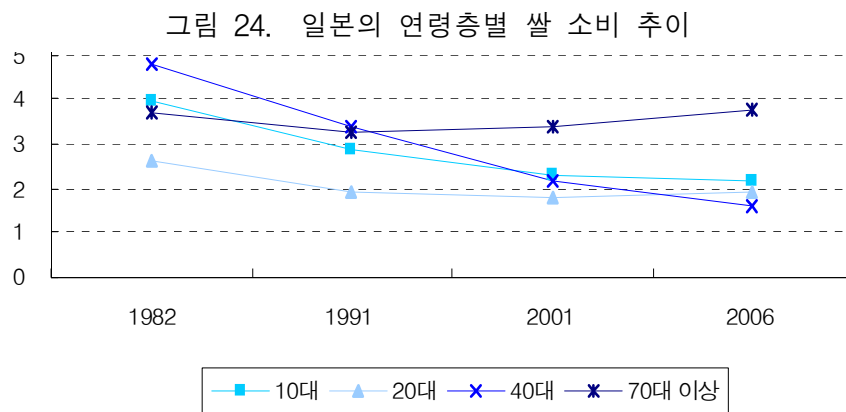
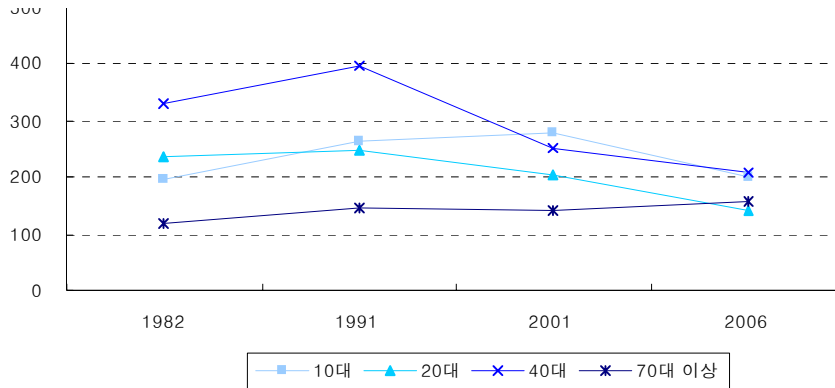


그림 26. 일본의 연령층별 쇠고기 소비 추이



가 청소년층에 비해 많다는 사실로 한국에서 60대 이상 연령층의 빵과 과자류 소비가 다른 연령층에 비해 크게 낮은 현상과 대비된다.

쇠고기 소비는 1980년대 이후 1990년대까지는 대부분 연령층에서 증가하는 추세를 보였으나, 1990년대 이후 감소하는 추세로 전환되었다<그림 26>. 40대 연령층의 소비감소가 가장 크며, 70대 이상의 고령층 소비는 약간씩 증가하고 있다. 10대의 쇠고기 소비량은 20~60대에 비해 완만하게 감소함에 따라 2006년에는 20~30대 소비량을 크게 상회하며, 40~60대와 격차가 빠르게 감소하였다.

돼지고기 소비는 쇠고기와 달리 대부분 연령층에서 증가 추세를 나타내었다<그림 27>. 10대의 돼지고기 소비량이 다른 연령층에 비해 가장 많다.

70대 이상의 채소섭취를 제외하고, 채소와 과일 소비량은 대체로 감소추세를 보이고 있다. 10대의 채소와 과일 소비량은 20대 이후 연령층에 비해 가장 낮은 수준이다<그림 28>.

그림 27. 일본의 연령층별 돼지고기 소비 추이

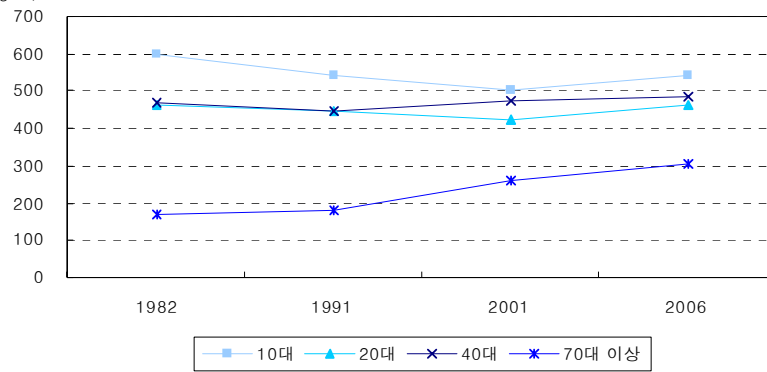


그림 28. 일본의 연령층별 과일 소비 추이

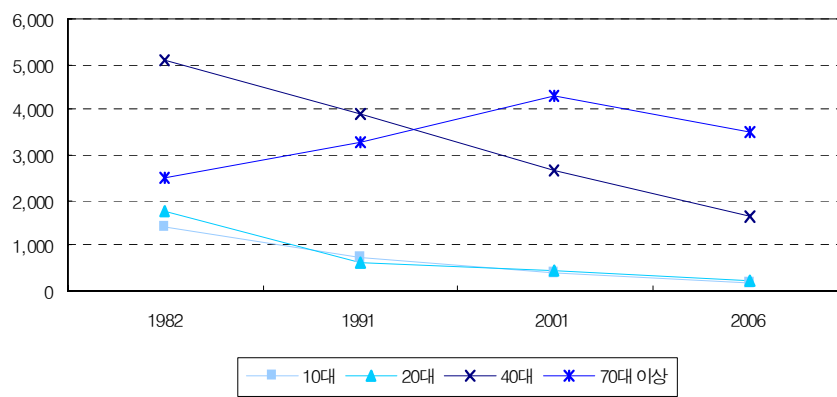
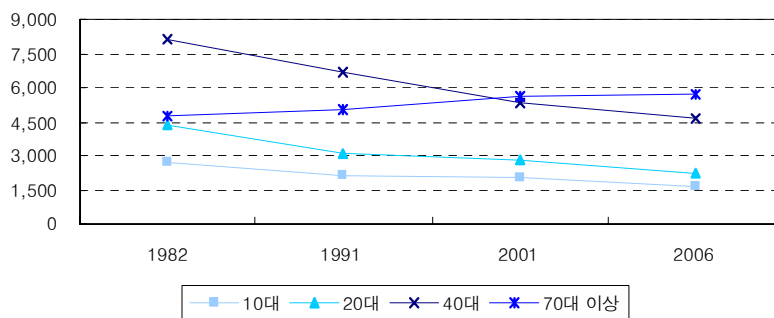


그림 29. 일본의 연령층별 채소 소비 추이



어패류는 대부분 연령층에서 소비가 감소하며, 특히 40대의 경우 90년대 이후 소비가 빠르게 감소한 것으로 나타났다<그림 30>. 10대의 어패류 소비도 감소추세를 보이며, 10대의 소비량이 20대 이후 연령층에 비해 낮은 수준이다.

외식 소비는 한국과 마찬가지로 40대가 가장 많으나, 연령계층별로 증가추세를 보이는 한국과 달리 일본에서는 60대 이상 연령층의 외식 소비는 증가하는 반면, 20~50대 연령층의 외식 소비추세는 감소·정체되는 추세를 보였다 <그림 31>. 10대 연령층의 경우는 1990년대 이후 외식 소비가 대체로 비슷하게 유지되고 있다.

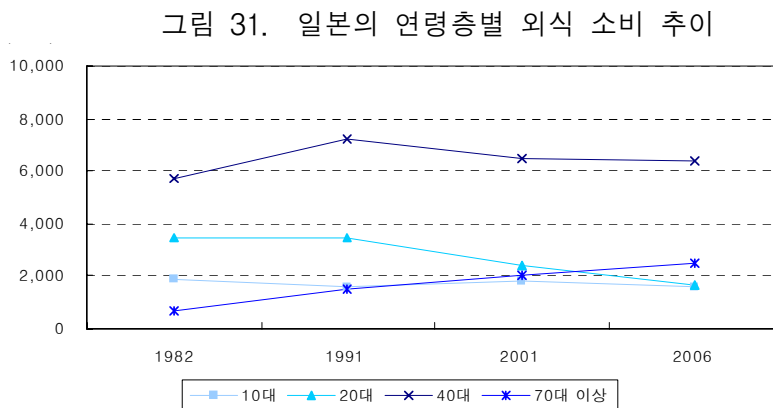
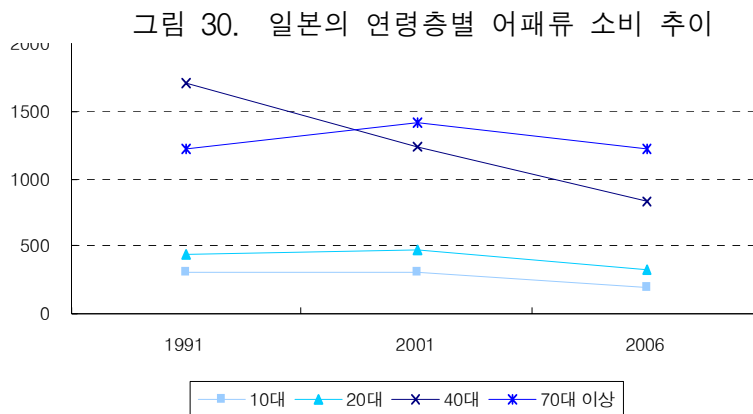
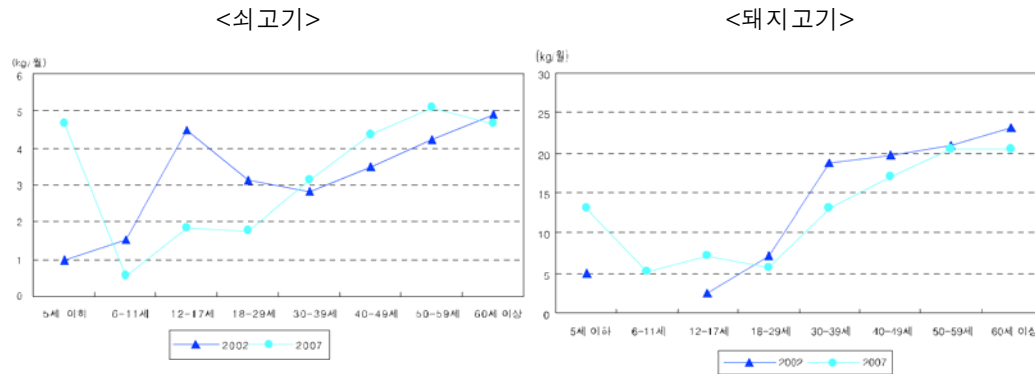


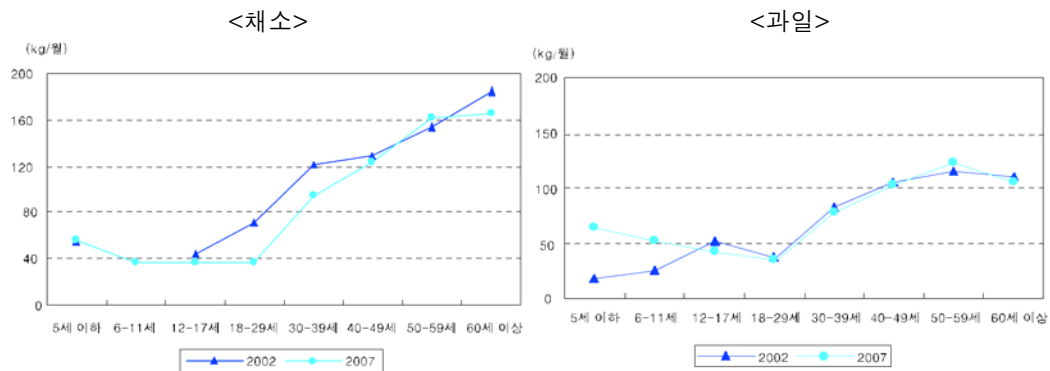
그림 33. 중국의 연령층별 쇠고기, 돼지고기 소비 추이



20대 이후 연령계층에서 소비가 감소하였으나, 10대 이하 소비가 증가하였다. 청소년층의 경우 쇠고기 소비는 감소하는 대신 돼지고기 소비가 증가하는 특징을 보인다.

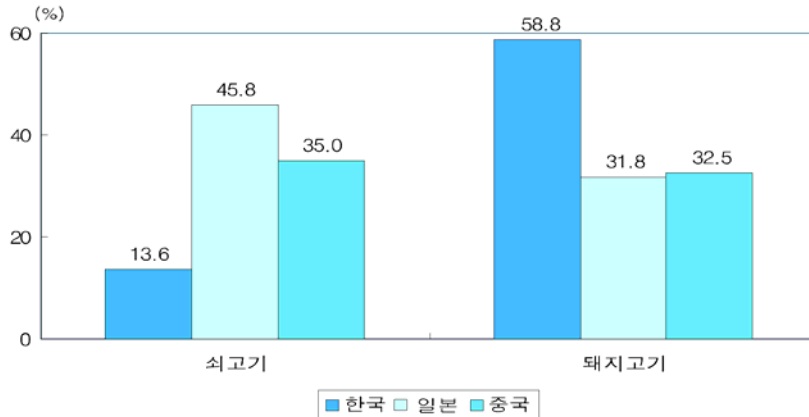
채소 소비는 연령이 많을수록 증가하며, 2007년도에는 2002년에 비해 대부분 연령계층에서 소비가 약간씩 감소하였다<그림 34>. 과일의 경우는 청소년층 소비가 20대에 비해 많으며, 연도별로 큰 변화가 나타나지 않았다.

그림 34. 중국의 연령층별 채소, 과일 소비 추이



어패류의 경우도 대부분 연령층 소비량이 감소하였으며, 청소년층 소비량이 크게 감소한 특징을 보인다. 외식은 30~40대에 소비가 가장 많고 이후 감소하

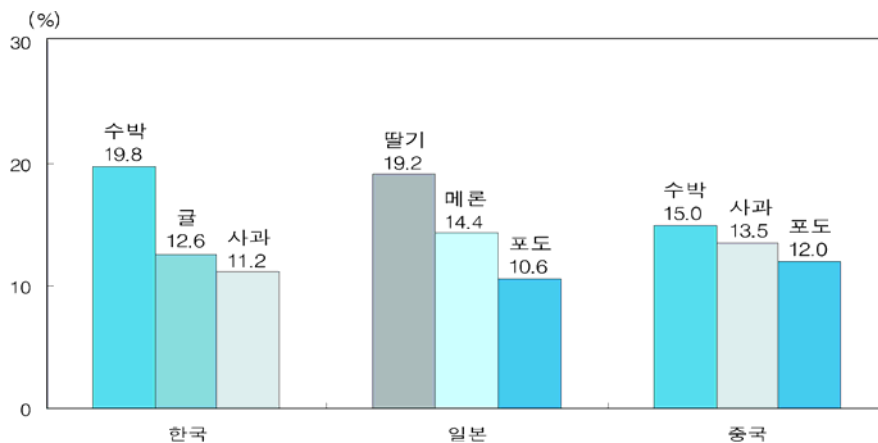
그림 36. 한·중·일 청소년이 가장 좋아하는 고기 종류



자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

과일은 한국 청소년의 경우 수박·귤·사과를, 일본은 딸기·메론·포도를, 중국은 수박·사과·포도·귤을 선호하는 것으로 나타났다<그림 37>. 조사시기가 여름철이라는 점 때문에 한국과 중국에서 수박에 대한 선호도가 높게 조사된 것으로 보인다. 한국과 중국 청소년이 선호하는 과일은 귤, 사과 등으로 매우 유사한 반면, 일본 청소년은 딸기, 메론 등에 대한 선호도가 높은 특징을 보였다.

그림 37. 한·중·일 청소년이 가장 좋아하는 과일 종류

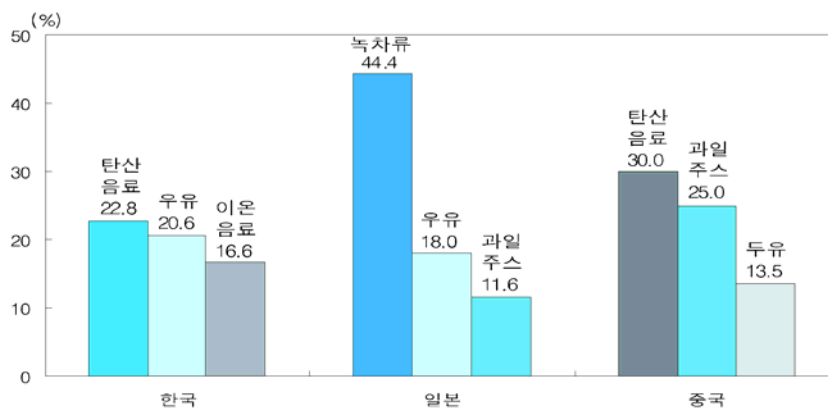


자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

3국 청소년이 선호하는 음료에는 차이가 있었다<그림 38>. 한국 청소년은 탄산음료(22.8%), 우유(20.6%), 이온음료(16.6%)를 선호하고 있었으며, 중국 청소년도 탄산음료(30.0%)를 가장 선호하였으나 과일주스(25.0%)와 두유(13.5%)의 선호가 높았다. 일본 청소년은 녹차(44.4%)에 대한 선호가 매우 높은 특징을 보였다.

한국에서는 청소년이 선호하는 패스트푸드점은 맥도날드(35.6%)와 롯데리아(37.6%)가 대부분인 반면, 일본과 중국에서는 KFC에 대한 선호도가 높았다.⁷⁾ 패스트푸드를 먹는 이유로 한국과 일본에서는 간편하게 빨리 먹을 수 있기 때문(한국 42.8%, 일본 39.6%)이라는 응답이 가장 많은 반면, 중국의 경우 맛을 선호(55.6%)하기 때문이라고 응답한 청소년이 절반 이상이었다<표 12>. 중국 청소년은 패스트푸드를 간편 음식보다는 고급 음식으로 인식하는 측면이 있었다.

그림 38. 한·중·일 청소년이 가장 좋아하는 음료 종류



자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

7) 한국 청소년이 선호하는 패스트푸드점은 맥도날드(37.6%), 롯데리아(35.6%), KFC(13.4%)순임. 일본 청소년은 KFC(40.6%), 모스버거 등 자국프랜차이즈점(21.0%), 맥도날드(15.6%)를 선호하였으며 중국은 KFC(39.0%), 맥도날드(19.5%), 永和大王 등 자국 프랜차이즈(19.0%)를 선호함.

표 12. 한·중·일 청소년이 패스트푸드를 먹는 이유

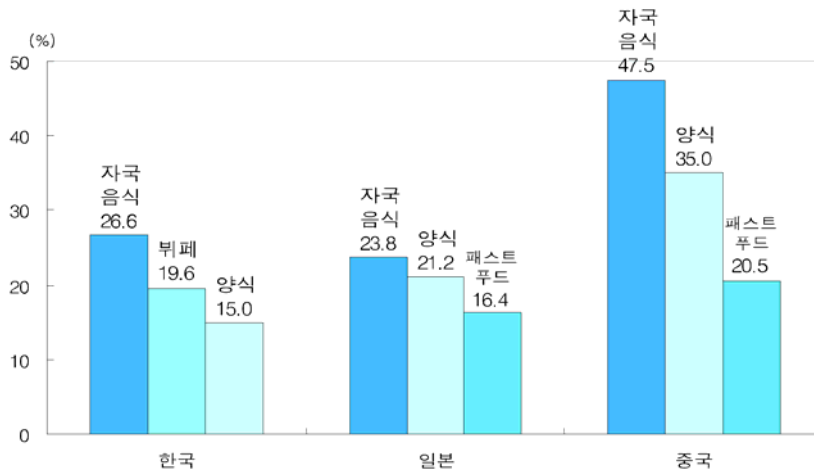
단위: %

항 목	한국	일본	중국
간편하게 빨리 먹을 수 있어서	42.8	39.6	22.2
맛이 좋아서	37.0	35.1	55.6
매장 분위기가 좋아서	2.8	1.0	10.3
가격이 적당해서	15.2	22.6	10.3
기타	2.2	1.6	1.7
합계	100.0	100.0	100.0

자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

한·중·일 청소년이 선호하는 외식메뉴에 대한 조사결과 3국에서 공통적으로 자국의 음식을 가장 선호하는 것으로 나타났다. 특히 중국 청소년의 경우 자국 음식을 선호하는 비중이 47.5%로 높았다. 다음으로 일본과 중국의 경우 양식을 선호하는 비중이 높은 반면, 한국 청소년은 뷔페에 대한 선호가 높은 특징을 보였다. 중국에서는 아직 뷔페음식의 비중이 높지 않지만 뷔페식당이 빠르게 증가하고 있어 뷔페에 대한 선호가 증가할 가능성이 있다.

그림 39. 한·중·일 청소년이 좋아하는 외식 메뉴



자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

■ 3국 청소년의 한국 식품 선호 평가

3국 청소년들이 좋아하는 한국 음식은 김치, 불고기, 비빔밥으로 대체로 일치하는 것으로 나타났다<표 13>. 특히 일본 청소년은 김치(41.3%), 중국 청소년은 비빔밥(34.4%)에 대한 선호가 높았다.

3국 청소년들을 대상으로 한국 식품의 맛 수준에 영향을 미치는 요인을 비교하기 위해 맛 수준을 5단계로 구분하여 종속변수로 투입하고, 맛을 구성하는 요인들에 대한 평가를 독립변수로 하는 순차적 프로빗(ordered probit) 모형을 추정하였다.

분석결과 한국 청소년들은 메뉴가 다양하고 단맛이 적고 독특하며 향이 좋은 식품에 대해 맛을 높게 평가하는 것으로 나타났다. 일본 청소년들은 한국 식품의 맛에 대한 평가 시 다양한 메뉴, 매운맛, 단맛, 향을 중시하였다. 반면 중국 청소년은 매운맛, 달지 않음, 담백함을 한국 식품의 맛 평가에서 중시하는 것으로 분석되었다. 한국 청소년은 한국 음식의 매운맛에 대해 유의적인 영향을 받지 않았으나, 일본과 중국 청소년은 공통적으로 한국 음식의 매운맛이 어느 정도 있을 때 맛있다고 느끼는 것으로 나타났다. 일본 청소년은 한국 음식이 약간 기름질 때 맛있다고 평가하고 있으나, 중국 청소년은 한국 음식의 담백함을 높게 평가하고 있었다. 그 밖에 일본 청소년은 한국 음식의 향에 대해 중시하는 것으로 나타났다.

표 13. 한·중·일 청소년이 선호하는 한국 음식

단위: %

순위	한국	일본	중국
1위	김치찌개 15.2	김치 41.3	비빔밥 34.4
2위	김치 15.0	불고기 등 25.4	김치 15.6
3위	불고기 등 14.4	김 17.8	불고기 등 9.4
4위	비빔밥 10.0	비빔밥 15.6	김밥 9.4

자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

표 14. 한국 식품의 맛 수준 결정요인 분석

변 수	맛 평가 수준(5단계)		
	한국	일본	중국
상수1	1.566	1.772	5.105
상수2	2.043	2.862	9.102
상수3	3.494	5.066	13.430
상수4	5.062	6.612	-
다양한 메뉴	0.663***	1.129***	1.329***
짭맛	0.037	0.091	-0.065
매운맛	0.068	0.174**	0.809***
단맛	-0.204***	0.143*	-0.471*
독특한 맛	0.230***	-0.225***	1.165***
다양한 식재료	0.175**	-0.109	0.244
담백한 맛	-0.066	-0.202**	0.740***
좋은 향	0.252***	0.430***	-0.067
로그우도 값	872.008	724.911	230.456

* p<0.10 ** p<0.05 *** p<0.01

시사점

■ 청소년층 돼지고기·가공식품·외식 소비 증가

한국에서 청소년층은 쌀 소비가 가장 빠르게 감소한 반면 빵과 과자류, 돼지고기, 외식 소비가 타 연령층에 비해 빠르게 증가하였다. 과일과 어패류 등은 2000년대 이후 소비가 감소추세를 보이고 있다. 일본에서는 2000년대 이후 20~30대 연령층의 쌀 소비 증가와 함께 청소년층의 쌀 소비감소추세도 둔화되고 있다. 2000년대 이후 쇠고기는 감소추세로, 돼지고기는 증가추세로 전환하였으며, 과일과 채소는 감소추세를 지속하고 있다. 중국에서 식품소비가 가장

빠르게 변화한 계층은 20~30대 계층이며, 청소년층 소비는 2002년 대비 2007년 큰 변화를 보이지 않았다. 중국 청소년의 식품 소비량은 다른 연령층에 비해 대체로 낮은 수준이었다.

■ 영양소는 부족상태

청소년의 영양섭취수준은 한국의 경우 에너지를 비롯하여 절반 이상의 무기질과 비타민이 권장량에 못 미치는 수준이며, 중국 청소년은 대부분 영양소 섭취량이 부족한 것으로 나타났다. 일본 청소년은 한국과 중국에 비해 영양섭취 수준이 양호하여 칼로리와 칼슘 등 일부 영양소에서만 부족한 상태를 보였다. 3국 모두 나트륨은 과잉섭취 현상이 심각하였다.

일본과 중국 청소년은 공통적으로 한국 음식의 매운맛을 좋아하였으며 중국 청소년은 한국 음식의 담백함을, 일본 청소년은 한국 음식의 향을 중시하는 것으로 나타났다.

제 4 장

한·중·일 청소년의 식생활과 소비의식

이 장에서는 한·중·일 청소년의 식생활 현황과 소비의식에 대해 비교하였다. 한·중·일 청소년의 식생활에 대한 가치관, 식품 정보의 활용 현황을 통해 식생활에 대한 인식 수준을 검토하였다. 또한 일본과 중국 청소년의 한국 식품에 대한 인식수준을 파악하기 위해 한국 식문화에 대한 경험과 한국 음식 구입의향 등을 분석하였다.

식생활 현황

■ 아침식사

한·중·일 청소년을 대상으로 아침식사 현황에 대해 조사한 결과 한국 청소년들의 아침식사 결식비율이 가장 높은 것으로 나타났다. 매일 아침식사를 한다고 응답한 비중이 일본 81.6%, 중국 71.5%에 비해 한국에서는 절반에 불과하였다. 한국에서는 일주일동안 1~3회만 먹는다는 비중도 12.4%, 아침식사를 전혀 안 먹는 청소년도 12%에 달하고 있었다. 한국 청소년은 여자이거나, 학년이 높을수록, 용돈수준이 낮을수록 아침을 매일 먹는 비중이 감소하는 것으로 나타났다.

표 15. 한·중·일 청소년의 일주일 평균 아침식사 섭취 횟수

단위: %

항 목	한국	일본	중국
매일 먹는다	50.0	81.6	71.5
일주일에 1~3회 먹는다	12.4	3.0	4.0
일주일에 4~6회 먹는다	14.0	8.0	13.5
불규칙적이다	11.6	4.6	10.0
안 먹는다	12.0	2.8	1.0
합계	100.0	100.0	100.0

자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

한국의 경우 국민영양·건강조사결과에 따르면, 한국 청소년의 아침 결식률은 남자 33.4%, 여자 34.8% 수준이었다. 가구의 소득수준이 높고 아버지 학력이 높을수록 아침식사 결식률이 유의하게 낮은 것으로 나타났다. 한편 일본의 국민영양조사결과에 의하면, 일본의 초·중학생의 아침 결식률은 남자 9.3%, 여자 7.5%로 낮게 유지되고 있다.

아침식사를 거르는 이유는 한국(72.8%)과 일본(64.1%)의 경우 시간이 없어서가 대부분이며, 중국은 시간이 없어서(39.5%) 외에 먹고 싶지 않거나(36.5%) 다이어트(14%) 때문이라고 응답한 비중도 일정부분을 점하고 있었다. 아침식사는 한국(89.3%)과 일본(98.8%)은 대부분 집에서 조리한 것을 섭취하고 있는

표 16. 한·중·일 청소년이 아침식사를 거르는 이유

단위: %

항 목	한국	일본	중국
시간이 없어서	72.8	64.1	39.5
먹고싶지 않아서	18.0	25.0	36.5
다이어트하려고	0.0	1.1	14.0
집에서 식사준비가 안 되어서	7.2	2.2	5.0
사먹을 돈이 없어서	0.0	0.0	0.0
기타	0.0	7.6	5.0
합계	100.0	100.0	100.0

자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

표 17. 한·중·일 청소년의 아침식사 방법

단위: %

항 목	한국	일본	중국
집에서 만든 것을 먹고 나온다	89.3	98.8	39.0
학교가는 길에 사먹는다	3.9	0.4	34.0
파는 것을 사두었다가 집에서 먹고 나온다	6.6	0.2	9.5
식당에서 먹는다	0.2	0.0	13.0
학교 매점을 이용한다	0.0	0.0	0.0
합계	100.0	100.0	100.0

자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

표 18. 한·중·일 청소년의 아침식사 메뉴

단위: %

항 목	한국	일본	중국
밥	79.8	43.6	5.0
빵	9.1	51.0	35.0
콘플레이크 등 시리얼	7.0	2.5	4.5
죽	0.5	0.0	10.0
두부제품	-	-	28.5
국수, 만두 등 밀가루 식품	-	0.6	16.0
기타	3.6	2.3	1.0
합계	100.0	100.0	100.0

자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

반면, 중국에서는 학교 가는 길에 사먹거나(34%) 식당에서 사먹는(13%) 청소년들이 많았다.

아침식사 메뉴로는 한국의 경우 밥을 먹는 계층이 대다수(79.8%)인 반면, 일본(51.0%)과 중국(35.0%)에서는 빵을 먹는 청소년이 가장 많은 것으로 나타났다. 중국에서는 빵 이외에 아침식사로 두부제품(28.5%), 국수·만두 등(16%)을 먹는 비중이 높았다.

■ 점심·저녁식사

주중 점심식사 방법은 한국의 경우 급식이 94%로 대부분인 반면, 일본은 도시락(61.8%)이 가장 많은 것으로 나타났다. 중국은 급식(63%)이 많으나, 도시락(15.5%)이나 사서 먹는(14%) 경우도 일정비중을 점하고 있었다.

학교급식에 대한 만족도는 일본, 한국, 중국 순이었다. 한국 청소년들은 학교 급식 식단의 다양성, 위생, 맛, 청결도, 재료의 품질, 맛에 대해 50점대로 평가하고 있어 충분히 만족하고 있다고 평가할 수 없었다.

표 19. 한·중·일 청소년의 주중 점심식사 방법

단위: %

항 목	한국	일본	중국
급식	94	30.6	63.0
집에서 만든 도시락	1.2	61.8	15.5
집에서 먹음	3.0	2.4	6.0
사서 먹음(급식 제외)	1.8	4.0	14.0
기타	0.0	-	1.5
합계	100.0	100.0	100.0

자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

표 20. 한·중·일 청소년의 학교급식에 대한 평가

단위: 점수

항 목	한국	일본	중국
식단이 다양하다	55.0	63.6	50.8
음식이 위생적이다	55.5	65.2	51.3
음식이 맛있다	56.1	63.1	47.2
식당이 청결하다	56.2	60.7	51.5
재료의 품질이 좋다	53.0	60.8	50.0

자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

주중 저녁식사 장소에 대한 조사결과 일본 청소년은 대부분(97.4%) 집에서 저녁식사를 하는 것으로 나타났다<표 21>. 반면 한국과 중국 청소년은 주중에 친구와 또는 혼자 외식을 하는 경우가 각각 20%, 38.5%에 달했다. 한국과 중국 청소년은 학교나 학원, 음식점 등에서 외식을 하는 것으로 조사되었다.

저녁식사 시간은 일본과 중국의 경우 규칙적이라는 응답이 대부분인 반면, 한국은 63.4%가 불규칙하다고 응답하였다<표 22>. 한국에서는 남자 청소년(57.6%)에 비해 여자 청소년(69.5%)에서 저녁식사 시간이 불규칙하다고 응답한 비중이 높았으며, 저소득계층(71.8%), 비만(69.2%), 어머니가 맞벌이를 할 경우(67.7%)가 불규칙 비중이 높았다. 한국에서 저녁식사 시간이 불규칙한 이유는 식사준비가 안 되어서가 35%, 학원에 가야해서가 32%로 한국 청소년은 일본·중국 청소년에 비해 바쁜 일상생활을 하고 있고 이로 인해 식사시간을 놓치는 일이 많은 것으로 조사되었다.

표 21. 한·중·일 청소년의 주중 저녁식사 장소

항 목	한국	일본	중국
집	79.8	97.4	61.5
음식점	7.4	0.4	16.0
학교 또는 학원	12.4	1.4	21.0
먹지 않는다	0.2	-	-
기타	0.2	0.8	1.5
합계	100.0	100.0	100.0

자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

표 22. 한·중·일 청소년의 최근 일주간 저녁식사 시간 규칙성 여부

단위: %

항 목	한국	일본	중국
규칙적이었다	36.6	74.8	83.5
불규칙적이었다	63.4	25.2	16.0
합계	100.0	100.0	100.0

자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

표 23. 한·중·일 청소년이 친구 또는 혼자 외식하는 장소

단위: %

항 목	한국	일본	중국
편의점	29.0	18.4	11.0
패스트푸드점	16.5	57.4	34.0
일반식당	36.6	17.7	27.5
빵·도넛집	3.1	0.7	-
길거리(트럭이나 포장마차)	13.0	0.0	6.5
패밀리레스토랑	0.3	5.7	1.5
기타	1.5	5.8	19.5
합계	100.0	100.0	100.0

자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

청소년들이 외식하는 장소는 일본(57.4%)과 중국(34.0%)의 경우 패스트푸드점이 가장 많았다. 한국 청소년들은 식당(36.6%)을 이용하는 비중이 높았으나, 편의점(29.0%)이나 길거리 트럭·포장마차(13.0%)에서 저녁을 먹는 비중이 42%에 달하여 저녁식사를 제대로 하지 않고 대충 때우는 식으로 하는 경우가 많은 것으로 조사되었다.

■ 간식

간식 섭취 횟수는 일본이 하루 1회, 한국 하루 1~2회, 중국 하루 2회 이상으로 나타났다<표 24>. 즉 청소년의 주중 간식 섭취 횟수가 중국, 한국, 일본 순으로 많은 것으로 평가되었다.

간식은 한국의 경우 집과 학교, 일본은 집, 중국은 학교주변과 학교에서 섭취하는 비중이 높은 것으로 조사되었다. 일본에서는 대부분 청소년들이 집에서 간식을 먹고 있었으며, 학교주변이나 길거리에서 먹는 경우는 매우 적었다. 반면 한국에서는 집(43.6%)과 학교 및 학교주변(36.2%)에서 먹는 비중이 비슷하였으며, 중국에서는 학교나 학교주변에서 간식을 먹는 청소년이 77.5%로 대부분이었다.

표 24. 한·중·일 청소년의 주중 일일 평균 간식 횟수

단위: %

항 목	한국	일본	중국
1회	35.0	54.0	19.5
2회	27.4	13.6	33.0
3회	11.6	1.6	1.5
수시로 먹음	18.2	15.0	26.0
전혀 안먹음	7.8	15.8	20.0
합계	100.0	100.0	100.0

자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

표 25. 한·중·일 청소년의 간식 먹는 장소

단위: %

항 목	한국	일본	중국
학교	20.8	9.0	32.5
학교주변	15.4	4.8	45.0
집	43.6	79.6	14.0
길거리	13.9	5.2	4.5
기타	6.3	1.4	4.0
합계	100.0	100.0	100.0

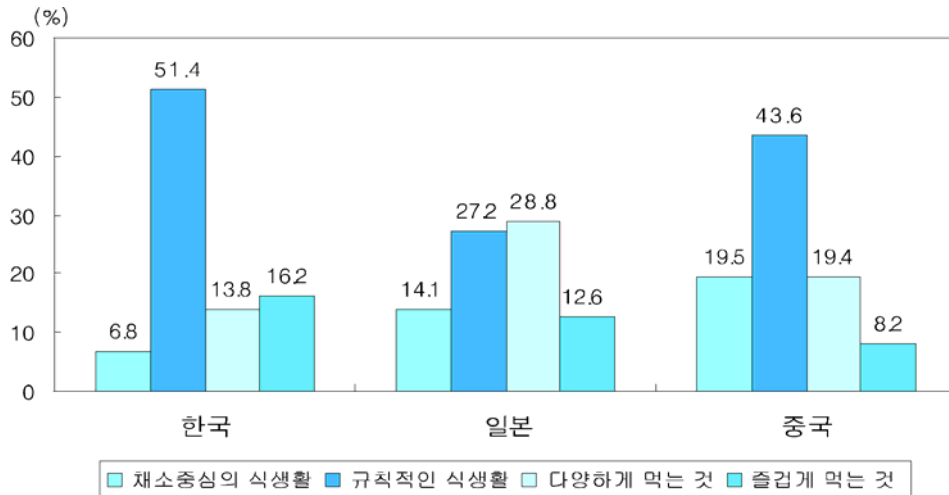
자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

식생활에 대한 가치관

한·중·일 청소년을 대상으로 식생활에 대한 가치관을 조사한 결과 3국 청소년 모두 건강한 식생활을 영위하기 위해서는 ‘규칙적이고 다양한 식생활’이 중요하다고 인식하고 있는 것으로 나타났다. 한국과 중국 청소년의 경우 ‘규칙적인 식생활’이 가장 중요하다고 생각하는 청소년이 각각 51.4%, 43.6%로 절반에 달했다. 반면 일본 청소년들은 ‘다양하게 먹는 것’(28.8%)을 ‘규칙적인 식생활’(27.2%)과 비슷한 정도로 중시하고 있었다. 그 밖에 한국 청소년은 ‘즐겁게 먹는 것’을, 일본과 중국은 ‘채소중심’을 중요하게 평가하고 있는 것으로 조사되었다.

음식소비와 관련한 문제점으로 한국 청소년의 54.2%, 중국 청소년의 43.5%가 비위생을 가장 시급한 문제로 인식하고 있었다. 반면, 일본 청소년들은 비위생(15.2%) 보다는 음식물쓰레기(36.4%)와 비만(27.8%)을 심각하게 인식하고 있었다.

그림 40. 한·중·일 청소년이 건강한 식생활을 위해 중요하게 생각하는 것



주: 일본, 중국은 다중 응답된 결과를 합산하여 항목별 응답비중을 산출함.

자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

표 26. 한·중·일 청소년이 생각하는 음식소비의 문제점

단위: %

항 목	한국	일본	중국
비위생	54.2	15.2	43.5
음식물쓰레기	24.6	36.4	11.8
비만	12.2	27.8	18.7
과소비	8.4	18.4	25.2
기타	0.6	2.2	0.8
합계	100.0	100.0	100.0

주: 일본, 중국은 다중 응답된 결과를 합산하여 항목별 응답비중을 산출함.

자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

청소년들이 식품 섭취 시 원료가 국산 농산물인지에 대해 어느 정도의 관심이 있는가를 조사한 결과 한국 청소년들은 80%가 국산 농산물을 선호하고 가능한 섭취하려고 노력한다고 응답하였다<표 27>. 2007년 한국 청소년 대상 조사에서 국산 농산물 섭취에 관심없다는 응답이 47%이었다는 점을 감안할

때 2008년 조사는 미국산 쇠고기 수입으로 사회적으로 수입산에 대해 거부하는 여론이 형성되어 영향을 미쳤기 때문에 편향된 결과로 보인다. 일본과 중국 청소년의 경우 국산 농산물을 선호하는 비중은 각각 63%, 51%로 나타났다. GMO 식품에 대한 구입의향은 한국 47.1%, 일본 37.4%, 중국 41.1%로 3국 모두 낮은 수준이었다.

식품의 안전성에 대해 3국 청소년들은 모두 안심하지 못하고 있는 반면 생산부터 소비에 이르는 단계별 안전성 평가에서는 다소 차이가 있는 것으로 나타났다<그림 41>. 한국 청소년들은 농업생산과정의 안전성 관리에 대해 상대적으로 안심하고 있었으며, 수입식품과 음식점의 안전관리에 대해 가장 불안해하고 있었다. 일본 청소년도 수입식품의 안전성에 대해 가장 불안하게 생각하지만 음식점의 안전관리에 대해 상대적으로 안심정도가 높았다. 중국 청소년은 수입식품의 안전성에 대해서는 안심정도가 높은 반면, 제조·가공과정에 대해 가장 불안해하고 있는 것으로 나타났다.

식사습관에 영향을 미치는 주요 요인은 한국의 경우 부모(77.3%)와 주위환경(71.2%), 일본은 부모(88.1%)와 학교급식(69.7%), 중국은 주위 친구(72.4%)와 부모(70.7%)라고 응답하였다<표 28>. 3국 모두 부모를 중요한 요인으로 평가하는 점은 동일하였다. 일본에서는 학교급식과 학교교육의 영향을 긍정적으로 평가하는 반면, 한국 청소년들은 다른 요인에 비해 학교교육의 영향력을 낮게 평가하였다.

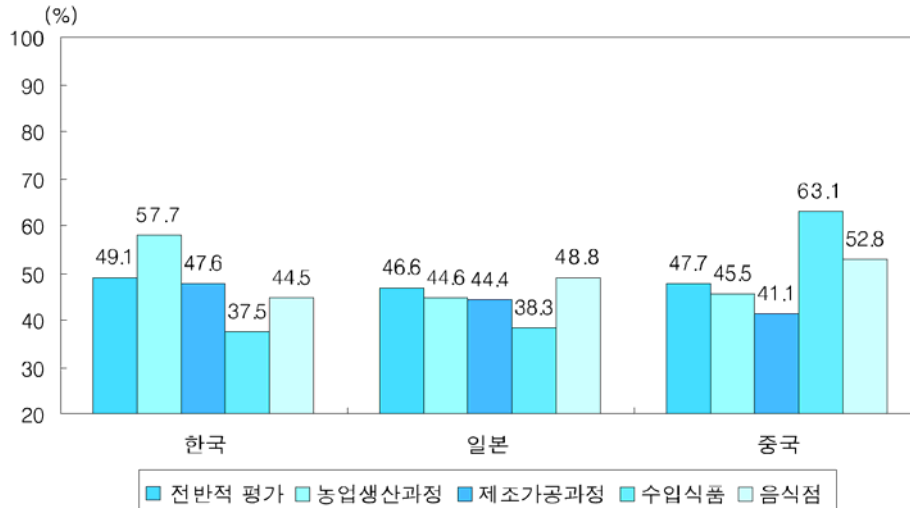
표 27. 한·중·일 청소년의 국산 농산물 원료 식품 섭취 관심정도

단위: %

항 목	한국	일본	중국
꼭 국산 농산물을 먹으려고 한다	10.6	6.4	14.5
가급적 국산 농산물을 먹으려고 한다	69.4	56.4	34.5
상관없다	19.8	37.0	49.0
외국산 농산물을 먹으려고 한다	0.2	0.2	2.0
합계	100.0	100.0	100.0

자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

그림 41. 한·중·일 청소년의 식품안전성 평가



자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

표 28. 한·중·일 청소년 식사습관의 영향정도

단위: 점수

항 목	한국	일본	중국
부모	77.6	88.1	70.7
학교교육	59.4	66.8	60.8
학교급식	65.7	69.7	69.0
인터넷	63.5	51.1	62.0
대중매체(TV, 신문 등)	66.6	62.5	68.4
주위 친구	65.1	63.3	72.4
주위 환경	71.2	63.8	70.4

자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

청소년들의 식생활에 영향을 미치는 주요 요인을 검출하기 위해 설문조사를 통해 식품 구입행태와 라이프스타일에 관한 문항들에 대해 척도평가 한 결과를 이용하였다.⁸⁾ 한국, 일본, 중국 청소년들의 식생활 요인의 중요도를 비교해

⁸⁾ 요인분석이란 여러 변수들 사이의 상관관계를 기초로 하여 정보의 손실을 최소화 하면서 변수의 개수보다 적은 수의 요인으로 동질적인 차원으로 묶어주는 다변량 기법임. 모든 변수들을 동시에 고려하여 변수들 간의 상호종속적인 관계를 분석함. 요인분석은 원래

본 결과, 청소년의 식생활 패턴이 상당히 유사하였으나 영향을 미치는 요인에 약간의 차이가 있는 것으로 나타났다<표 29>. 한국 청소년들은 식생활에서 고급화(맛, 건강지향 포함), 합리성, 간편성을 중요하게 생각하는 것으로 분석되었다. 일본 청소년의 경우 건강지향이 고급화와 구별되는 조금 더 중요한 요인으로 분석된 반면, 간편성은 특징적인 식생활패턴으로 나타나지 않았다. 중국은 일본과 마찬가지로 건강지향이 고급화와 다른 요인으로 인식되고 있으나 두 나라와는 달리 건강에 대해서 상대적으로 낮게 평가하고 있었다. 중국에서는 맛을 중심으로 한 고급화 경향이 가장 중요하게 작용하고 있었으며, 합리성과 간편성이 뚜렷하게 구분되지 않았다. 한·중·일 청소년의 식생활 요인을 비교하면 한국은 간편성을 추구하는 경향이 상대적으로 크게 작용하며, 일본에서는 건강지향이, 중국에서는 맛지향이 가장 중요한 요인으로 작용하고 있음을 알 수 있다.

표 29. 한·중·일 청소년의 식생활 요인 중요도 비교

	한국	일본	중국
1순위	건강·고급화(2.018)	건강(2.160)	고급화(2.049)
2순위	합리성(1.544)	고급화(2.034)	합리성·편의성(1.949)
3순위	간편성(1.403)	합리성(1.624)	건강(1.808)

주: ()내는 eigen value 임.

측정된 변수의 값을 가장 잘 나타낼 수 있는 a_i , F_i 의 값을 구하는 과정으로 볼 수 있음.

$$x_{ijk} = a_{k1}F_{ij1} + a_{k2}F_{ij2} + \dots + a_{kr}F_{ijr} + d_k y_{ijk} + \xi_{ijk}$$

r : 모든 항목에 공통적인 요인의 수

x_{ijk} : 제품 j의 속성 k에 대한 응답자 i의 평가

a_{k1} : 속성 k에 대한 공통요인 1의 효과

F_{ij1} : 제품 k의 공통요인 1에 대한 응답자 i의 평가

d_k : 고유요인 y_{ijk} 의 비율

y_{ijk} : 제품 j의 속성 k에 대한 응답자 i의 고유요인

ξ_{ijk} : 오차항

표 30. 한·중·일 청소년의 식생활 요인 분류

	한국	일본	중국
건강	건강을 위해 음식 고려 음식 영양가 생각 어제 먹었던 반찬 먹기 싫음	건강을 위해 음식 고려 음식 영양가 생각 가능한 인스턴트 섭취 안함	건강을 위해 음식 고려 음식 영양가 생각 가능한 인스턴트 섭취 안함
고급화	맛있는 음식 찾다님 브랜드가 알려진 식품 선호	맛있는 음식 찾다님 브랜드가 알려진 식품 선호 음식에 돈을 아끼지 않음	새로운 음식 섭취 좋아함 어제 먹었던 반찬 먹기 싫음 외식에서 뷔페식당 선호 맛있는 음식 찾다님 브랜드가 알려진 식품 선호
합리성	식품 구입 시 가격정보 체크 용돈범위에 맞는 간식 구입	외식에서 뷔페식당 선호 식품 구입 시 가격정보 체크 용돈범위에 맞는 간식 구입 수입식품 관리만 잘하면 됨	식품 구입 시 가격정보 체크 용돈범위에 맞는 간식 구입 아침식사는 간단 외식 등은 시간절약에 좋음
간편성	패스트푸드 즐김 외식 등은 시간절약에 좋음	-	

식품 정보 활용

식품 구입 시 포장지 내용을 보는 편인 청소년은 한국 45.6%, 일본 18.0%, 중국 25.0%로 한국 청소년들의 표시 확인 비중이 높은 것으로 나타났다<표 31>. 한국의 식품 표시 확인 비중은 2007년 조사결과에 비해 크게 증가한 것으로 수입쇠고기 문제로 인한 사회적 불안이 식품표시에 대한 인식에 크게 영향을 미친 것으로 평가된다.

식품 구입 시 확인하는 표시항목에 대한 조사결과 한국 청소년들은 유통기한(80.4%), 가격(77.2%), 원산지(72.8%), 칼로리(59.1%)를 확인하는 반면, 다른

표시·인증에 대해서는 확인 비중이 낮은 것으로 나타났다<표 32>. 일본 청소년들도 유통기한(76.6%), 원산지(76.6%), 가격(61.1%)을 주로 확인하는 데 비해, 중국 청소년들은 유통기한(62.4%)이외의 대부분 식품표시에 대해서는 확인하지 않는 것으로 평가되었다.

표 31. 한·중·일 청소년이 식품 구입 시 포장지 내용 확인 여부

단위: %

항 목	한국	일본	중국
보는 편이다	45.6(31.3)	18.0	25.0
볼 때도 있고 안 볼때도 있다	36.0(28.9)	42.6	33.5
안보는 편이다	18.4(39.8)	39.4	41.5
합계	100.0	100.0	100.0

주: ()는 2007년 자료.

자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

표 32. 한·중·일 청소년이 식품 구입 시 확인하는 표시

단위: %

항 목	한국	일본	중국
원산지	72.8	76.6	19.1
식품첨가물	37.5	35.3	8.7
칼로리(영양표시)	59.1	29.0	1.7
원재료명	32.4	33.7	18.5
보존방법	27.0	20.1	2.9
내용량	33.3	31.0	2.3
제조·판매업자명	18.1	14.9	4.6
브랜드	35.5	11.9	5.8
유기(친환경)인증표시	17.9	5.9	4.6
가격	77.2	61.1	2.9
등급	14.0	3.3	3.5
유통기한(생산연도)	80.4	76.6	62.4
기타	0.2	0.3	4.6

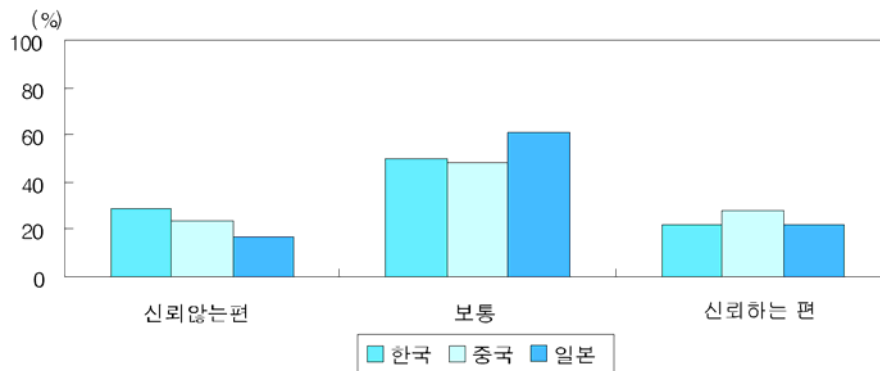
주: 국가별로 조사 청소년 중에서 해당표시 확인하는 청소년 비중임.

자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

식품 표시의 내용에 대해 신뢰하는 청소년은 한·중·일 3국 모두 20% 수준이었다<그림 42>. 한국의 경우 신뢰(21.8%) 보다 불신(28.4%) 비중이 높은 반면, 일본과 중국은 신뢰 비중이 약간 더 높은 것으로 나타났다.

식품표시에 대해 신뢰하지 않는다고 응답한 경우 그 이유로 한국과 일본 청소년들은 표시절차나 검사과정에 대해 신뢰하지 못하기 때문이라는 의견이 각각 53.5%, 39.7%로 가장 많았다<표 33>. 중국 청소년들의 경우 인증품의 사후 관리가 미흡하기 때문이라고 보는 의견이 44.8%로 많았다.

그림 42. 한·중·일 청소년의 식품 포장지 내용 신뢰정도



자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

표 33. 한·중·일 청소년이 식품 포장지를 신뢰하지 못하는 이유

단위: %

항 목	한국	일본	중국
표시절차나 검사과정 불신	53.5	39.7	12.6
인증상품의 사후관리 미흡	21.8	31.9	44.8
표시가 많아 믿음이 안감	10.6	6.0	31.0
표시내용이 난이함	12.0	13.8	9.2
기타	2.1	8.6	2.3
합계	100.0	100.0	100.0

자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

식품에 대한 정보는 한국 청소년의 경우 인터넷(35.4%)에서 획득하는 비중이 높은 특징을 보인 반면, 교과서(10.0%) 비중은 가장 낮은 것으로 나타났다 <표 34>. 일본과 중국은 TV·라디오와 교과서에서 식품 정보를 획득하는 비중이 높게 조사되었다. 일본의 경우는 TV·라디오가 44.7%로 가장 높고, 교과서가 17.0%를 점하였으며, 중국에서는 교과서가 32.8%로 가장 높고 다음으로 TV·라디오(22.7%)의 순서이었다.

표 34. 한·중·일 청소년의 식품정보 획득경로

단위: %

항 목	한국	일본	중국
TV/라디오	29.4	44.7	22.7
신문/잡지	8.6	13.8	17.6
인터넷	35.4	13.0	20.2
식품 매장	13.2	7.4	5.5
교과서	10.0	17.0	32.8
주변 사람들을 통해서	3.4	4.1	1.3
합계	100.0	100.0	100.0

주: 일본, 중국은 다중 응답된 결과를 합산하여 항목별 응답비중을 산출함.

자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

일본과 중국 청소년의 한국 식품 인식

■ 한국 식문화 경험

한국의 식문화를 접해본 경험이 있는 청소년은 일본 32.8%, 중국 62.5%로 중국이 월등히 높은 것으로 나타났다 <표 35>. 한류열풍이 일본에서는 주로 중·장년층에서 형성된 반면, 중국에서는 청소년층을 대상으로 확산되었기 때문인 것으로 보인다.

표 35. 중·일 청소년의 한국 식문화 경험

단위: %

항목	일본	중국
없다	42.6	25
있다	32.8	62.5
모르겠다	24.6	12.5
합계	100.0	100.0

자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

일본과 중국 청소년이 한국 식문화에 경험이 있는 경우 영향을 받은 매체에 대해 조사한 결과 일본 청소년은 식당(26.5%), 매스컴 광고(19.5%), 식품 매장(16.6%)에서 주로 영향을 받은 것으로 나타났다<표 36>. 반면 중국에서는 TV 드라마(26.9%)와 매스컴 광고(24.6%)의 비중이 높아 중국에서 청소년들은 TV를 통해 한국 식문화를 경험하는 것으로 조사되었다.

일본 청소년들은 한국 식품을 주로 사다가 집에서 먹는 비중(72.9%)이 높은 반면, 중국 청소년들은 한국 식당(75.7%)에서 한국 식품을 먹어본 것으로 응답하였다<표 37>.

표 36. 중·일 청소년이 한국 식문화에 영향 받은 매체

단위: %

항목	일본	중국
TV나 라디오 광고	19.5	24.6
TV드라마	12.8	26.9
신문/잡지	5.5	8.2
인터넷	6.1	17.0
식품 매장	16.6	11.5
교과서	4.1	1.6
식당	26.5	8.2
만화책	2.3	1.3
기타	6.7	0.7
합계	100.0	100.0

자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

표 37. 중·일 청소년이 한국 음식 먹는 장소

단위: %

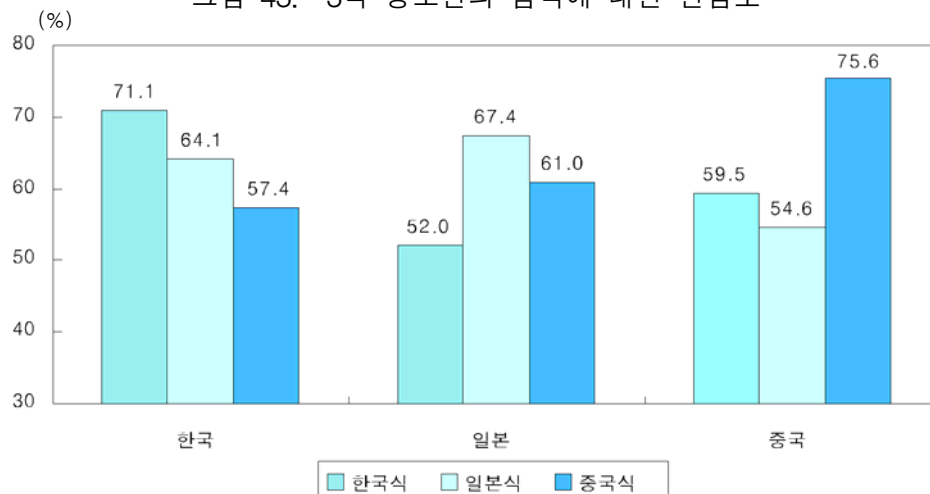
항목	일본	중국
한국 식당	12.5	75.7
사다가 집에서	72.9	16.2
집에서 만들어서	12.0	2.9
기타	2.6	5.2
합계	100.0	100.0

자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

■ 한국 음식 구입의향

한·중·일 3국 청소년의 음식에 대한 관심도를 비교하면 3국 모두 자국의 음식에 대해 가장 높은 관심을 보였으며, 한국 음식에 대해 중국 청소년(59.5%)이 일본 청소년(52.0%)에 비해 관심이 많은 것으로 나타났다.

그림 43. 3국 청소년의 음식에 대한 관심도



자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

한·중·일 3국 청소년의 한국 식품 구입의향에 영향을 미치는 요인을 비교하기 위해 구입의향에 대한 5단계 척도값을 종속변수로 투입하고, 음식의 맛, 양, 위생, 가격, 물리적 환경 등의 변수를 독립변수로 하는 순차적 프로빗(ordered probit) 모형을 추정하였다<표 38>.

한·중·일 3국 청소년들에게 있어 한국 음식의 구입의향에 영향을 미치는 공통요인은 음식의 맛, 영양으로 나타났다. 맛이 좋을수록 건강에 유익할수록 구입의향 확률이 증가한다. 그 밖에 한국 청소년의 경우 식품 구입 시 양, 서비스, 분위기를 고려하고 있으며, 일본 청소년은 식당분위기와 음식의 외관을 고려하는 것으로 나타났다.

표 38. 한·중·일 청소년의 한국 식품의 구입의향 결정요인 분석

변 수	구입의향 수준(5단계)		
	한국	일본	중국
상수	6.305	5.360	4.274
상수2	8.520	7.604	6.721
상수3	11.985	11.403	9.349
상수4	15.272	13.684	12.745
맛	0.908***	1.637***	1.477***
외관	-0.079	0.371**	-0.091
양	0.379***	-0.328*	0.082
위생상태	-0.117	0.104	0.125
영양	0.407***	0.593***	0.694**
서비스	0.879***	0.145	-0.017
식당분위기	1.014***	0.648***	0.500
가격	0.143	-0.229	-0.044
로그우도 값	819.971	636.261	349.826

* p<0.10 ** p<0.05 *** p<0.01

시사점

■ 한국 청소년의 불건전한 식습관 심각

한국 청소년의 식생활 습관은 일본이나 중국 청소년에 비해 불규칙적이다. 청소년 중에서 매일 아침식사를 하는 비율은 50%에 불과하여 일본(82%)이나 중국(72%)에 비해 훨씬 낮다. 점심 식사에 대해서는 한국 청소년이 대부분 급식(94%)에 의존하는 데 비해, 일본은 도시락(62%)에 의존하고 있다. 저녁식사 시간은 일본과 중국이 규칙적인 데 반해, 한국은 불규칙적(63%)이다.

한국 청소년은 국산 농산물에 대한 신뢰도가 높은 반면, 식생활에 대한 학교 교육의 영향력을 낮게 평가하였다. 한국 청소년은 80%가 국산 농산물을 선호하며, 수입 식품이나 음식점의 안전성에 대해 불안해하고 있다. 식사 습관에 대해 가장 영향을 주는 요인은 한·중·일 모두 부모인 것으로 조사되었다. 일본 청소년이 학교의 식생활 교육이나 학교 급식의 영향을 긍정적으로 평가하는 데 비해, 한국 청소년은 학교 교육의 영향력을 상대적으로 낮게 평가하였다.

■ 일본과 중국 청소년의 한국 음식 인식차이 존재

일본 청소년은 한국 식품 구입을 결정하는 데 있어서 맛·외관·영양·식당 분위기 등을 중시하는 데 비해, 중국 청소년은 맛과 영양을 중시하는 것으로 나타났다. 한국 식품을 경험하는 곳으로는 일본 청소년이 주로 식품 매장(73%)이었으나, 중국 청소년은 한국 식당(76%)인 것으로 조사되었다.

제 5 장

한·중·일 청소년의 식생활 교육 및 관련 정책 비교

이 장에서는 한·중·일 청소년의 식품 및 영양정책 현황에 대해서 검토하였다. 검토대상 정책은 관련 정책, 학교 교과 교육 등이다. 한국은 식품안전 및 영양 정책과 학교급식을, 일본과 중국은 청소년 대상 식생활 교육정책을 중심으로 각각 살펴보았다.

한국의 청소년 식품 및 영양 관리정책

■ 식품안전 및 영양 관리

식품안전정책

청소년을 대상으로 한 식품안전정책은 식품의약품안전청, 교육과학기술부, 지자체에서 주로 실시되고 있다. 대표적인 식품안전정책은 식품의약품안전청에서 실시하고 있는 ‘어린이 먹거리 안전 종합 대책(2007~2010년)’이다.⁹⁾ 정책의 목표는 과자·패스트푸드 등 어린이 기호식품과 단체급식의 유통·소비 환경을 개선하여 유해성분·식중독·비만 등으로부터 어린이 건강을 보호하는 것이다. 주요 내용은 식품안전보호구역(Green Food Zone)의 지정·관리, 어린이 기호식품 광고 등 규제 강화, 어린이 기호식품의 첨가물 사용 규제 강화, 교육부 학교급식개선 종합대책과 연계한 어린이 단체급식 지원체계 구축, 식품안전·영양교육 및 홍보강화, 어린이 식생활안전관리 특별법 마련 등이 있다. 이를 바탕으로 2008년 3월 21일 보건복지가족부 소관 법률로 “어린이 식생활안전관리 특별법”이 제정되어 현재 주요 6개 시·도 54개 초등학교에서 시범사업을 시행 중에 있다. 원활한 정책 수행을 위하여 보건복지가족부에는 ‘어린이 먹거리 건강안전 위원회’ 및 4개의 분과위(식품안전분과, 급식분과, 영양건강

⁹⁾ 식약청 정책 대상인 어린이는 초·중·고 및 특수학교 학생 또는 아동복지법 규정의 아동이 해당됨.

분과, 교육홍보분과)가 설치되어 운영 중에 있다.

서울시는 어린이에게 취약한 식품안전 사각지대를 조사하여 식품안전 대책을 마련하고자 ‘식품안전 3대 사각지대 업그레이드 프로젝트’를 추진하고 있다. 2008년 3월 24일부터 4월 30일까지 서울시 초등학교 572개교 전체 주요 통학로를 조사하여, 초등학교 주변 어린이 기호식품 전수 조사, 어린이 기호식품 제조·판매업소 지속적 단속, 초등학교 주변 식품취급업소 시설 개선 등을 지원하였다. 또한, 영유아 및 청소년 시설 관리, 식중독대책 협의회 확대 운영 등을 통해 식품위생관리도 지속적으로 수행하고 있다.

교육과학기술부는 학교의 위생을 증진시키기 위하여 ‘학교 환경위생 및 식품위생 점검기준’을 마련하여, 학교의 위생수준을 주요 항목별로 수립하고 구내매점 및 구내식당에 대해서도 위생 수준 준수를 의무화하였다. 학교급식에서 식중독 발생 시 신속하게 초기에 대응하고 확산을 사전에 차단하기 위하여 식품의약품안전청과 함께 2008년 3월부터 학교 식중독 차단 ‘조기경보시스템’을 구축·운영하고 있다.

식품영양정책

청소년을 대상으로 한 영양정책은 건강관리와 직접적으로 결부되기 때문에 식품의약품안전청의 ‘어린이 먹거리 안전 종합 대책’에서 과자·패스트푸드 등 기호식품 관리를 중심으로 관련 정책이 운영되고 있다. 또한 식품의약품안전청에서는 청소년층의 당·나트륨·트랜스지방의 저감화를 위해 당·나트륨·트랜스지방 함량에 대한 모니터링을 실시하고, 다양한 영양 관련 홍보 및 교육정책을 실시한다. 영양표시정보 웹사이트 운영, 어린이 눈높이 교육 콘텐츠 개발 및 교육, 어린이 식품영양가이드 배포(보건소, 학교, 병원 등) 등이 대표적인 예이다. 식약청에서 운영하는 영양표시정보 사이트에서는 생애주기별 맞춤형 영양정보 및 어린이 건강메뉴를 제공하며, 어린이 튼튼교실에서는 어린이 비만·당뇨·고혈압에 대한 지식정보 및 올바른 식습관을 위한 사전 교육·홍보 등을 실시한다. 한국보건산업진흥원에서는 ‘키디키즈’라는 어린이 식생활교육프로그램을

운영하고 있다. 키디키즈는 학교나 보건소 등에서 어린이를 대상으로 한 영양 교육, 식생활 교육 수행에 필요한 교육용 프로그램을 개발하고, 기존에 개발된 관련 교육 자료들을 각 식생활 주제별로 취합·정리하여 제공한다.

이 밖에 청소년층을 대상으로 한 영양교육 사업으로는 서울시 학교보건진흥원에서 실행하고 있는 ‘자녀영양수첩’, 상설 ‘영양 체험관’ 운영 등이 있으며, 2008년도부터 본격적으로 실시된 ‘학교 안의 탄산음료 판매 금지’ 조치가 있다. ‘학교 안의 탄산음료 판매 금지’는 2006년 3월 국가청소년위원회가 탄산음료 판매금지 대책을 발표하면서 시작되었으며, 2007년도에 교육과학기술부에서 각 학교에 지시하면서 성과를 거두었다. 서울시 교육청에서는 2008년도에는 학교 내 탄산음료 판매를 전면 금지하고, 서울시 교육청이 지도 감독하는 도서관과 박물관 등에 공문을 보내 탄산음료 판매를 금지하도록 하였다.

■ 학교급식정책

학교급식 개선 종합대책은 2006년 12월 20일 시행되어 2007~2011년까지 32개 세부과제에 총 2조 2,584억원을 투자하여 추진 중에 있다. 주요 대책은 학교급식의 안전성확보, 영양관리·식생활지도 강화, 우수식재료 사용 확대, 정부·자치단체의 지원확대, 학교급식 운영의 내실화, 지도·감독 시스템개선 등이 있다.

서울시와 지역 교육청, 학교보건진흥원은 학교급식에서 식중독 발생 시 위기경보 대응 체계를 마련하였다. 주요 내용은 위기경보 수준을 예방(green), 관심(1단계 blue), 주의(2단계 yellow), 경계(3단계 orange), 심각(4단계 red)으로 나뉘어 문자 서비스 및 공문으로 위기경보를 발령하고, 『학교급식 위생관리지침서』를 철저히 적용하도록 하였다.

결식아동의 급식 영양·위생관리를 위하여 학기 중의 중식지원은 교육인적자원부가, 방학 중 지원은 2005년부터 지방자치단체에서 담당하고 보건복지가족부에 사업현황을 보고하도록 하고 있다. ‘아동급식위원회’를 운영하여 아동급식사업

전반에 대해 심의, 결정하여 지역 및 아동여건에 맞는 급식지원을 실시한다.

농림수산식품부에서는 우수 농산물의 소비 확대, 학생들의 건강과 올바른 식생활 습관 형성 등을 위해 친환경농산물의 학교급식을 지원하고, 학생대상 친환경농업교육, 학교급식관계자의 현장체험, 친환경농산물 급식 우수사례 및 식단 매뉴얼 제작·배부, 친환경농산물 학교급식 캠페인 등을 실시하고 있다. 또한 직영급식학교와 교내 조리위탁급식학교를 대상으로 한 정부 쌀의 저가 공급과 우유 무상급식 지원 확대 등은 농림수산식품부에서 계속사업으로 확대해 온 급식관련 사업이다.

■ 학교에서 교과 교육

한국에서 중·고등학교 식생활 교육은 주로 가정교과를 통해 이루어지고 있다. 고등학교 1학년까지는 기술과 가정이 통합되어 교과목이 구성되며, 2·3학년은 가정과학 과목으로 교육되고 있다<표 39>.

주요 교과 내용은 식품, 조리, 영양, 상차림, 식사예절 등으로 구성되어 있다<표 40>. 식품의 경우 식품 선택과 식단 작성에 관한 내용이 중심이며, 조리는 기초지식과 실제, 식사 준비와 평가 등이 다뤄지고 있다. 영양과 관련해서는 영양소의 기능과 영양 권장량이 자세히 설명되어 있으며, 청소년기에 일어나기 쉬운 비만·빈혈등과 같은 영양 문제가 제시된다. 상차림은 중학교 3학년과 고등학교에 집중되었으며 전통 상차림이 주요 내용이지만 일본과 중국 상차림도 소개되어 있다. 식사예절의 경우 중학교 1학년은 바른 식습관 형성을 위한 태도, 중학교 3학년은 잘못된 식습관, 일상생활에서의 식사 예절, 서양 음식의 식사 예절이 다뤄진다. 제7차 교육과정기에는 청소년기의 영양과 식사, 식사 예절 등과 같이 기초 영양과 조리 지식을 강조하였고 식생활에서의 소비자 능력, 즉 식품의 선택과 관련된 내용을 다루고 있는 점이 특징적이다.¹⁰⁾

¹⁰⁾ 7차 교육과정은 1997년 12월 30일 개정.

표 39. 한국의 식생활 교과목

학교	학년	교과
중학교	1	기술·가정
	3	
고등학교	1	기술·가정
	2	가정과학
	3	

표 40. 한국의 식생활 교과 내용

학교	학년	과목	교과서 내용				
			식품	조리	영양	상차림	식사예절
중	1	기술·가정	2. 우리들의 식사 (1) 하루에 어떤 식품을 얼마나 먹어야 하는가	3. 음식 만들기 (1) 조리에 대한 기초적인 지식 -식품의 계량, 조리기구 사용 (2) 내가 만들 수 있는 음식	1. 우리들의 영양 관리 (1) 우리들의 건강과 식생활 (2) 청소년기 영양의 중요성 (3) 우리들의 영양 문제	전통 상차림	2. 우리들의 영양과 식사 -바른 식습관 기르기
	3	기술·가정	1. 식단과 식품의 선택 (1) 식단 작성 (2) 식품의 선택과 구입	2. 식사 준비와 평가 (1) 식사 준비 (2) 주제가 있는 조리 실습 (3) 식사의 평가		전통 상차림과 전통 의례	1. 가족의 식사 관리 -식단 작성 시 고려할 점 -식단 작성 방법 -식사 예절
고등	1	기술·가정			(고 1, 2) 1. 가족의 영양과 건강 (1) 균형있는 식생활 (2) 생애 주기와 식생활 (3) 질병과 영양	2. 가정 생활의 실제 -초대와 행사, 뷔페, 다과상 및 세찬상 상차림	2. 가정생활의 실제 -초대와 행사
	2,3	가정과학	2. 식품의 선택과 조리 (1) 식품의 특성과 선택 (2) 식품의 조리 변화	3. 음식 문화와 음식 마련		2. 식생활 -반상차림, 국수장국상, 주안상, 교자상, 돌상차림, 큰 상차림	2. 식생활 (식사예절)

2009학년부터 연차적으로 적용될 2007년 개정 교육과정에서 식생활 관련 교육의 내용은 <표 41>과 같다. 2007년 개정 교육과정에서는 건강·안전 식생활 실천 습관을 강조하였으며, 물적·인적·환경 자원의 관리 능력과 합리적인 소비자로서의 능력 배양을 통해 균형 잡힌 생활인으로 성장할 수 있도록 하였다. 또한 지역 사회에서의 식생활 활동, 음식만들기, 전통·지역향토 음식 등에 대해 내용을 보강함으로써 더불어 살아가는 가치 개발에 도움을 주고 우리 음식의 우수성에 대해 자긍심을 갖도록 하였다.

표 41. 2007년 개정 교육과정에서의 식생활 관련 내용

학교급	주요 내용		
	<7학년>	<8학년>	<9학년>
중학교 (기술·가정)	○ 청소년의 생활 • 청소년의 영양과 식사 • 옷차림과 자기 표현 - 청소년의 소비생활	○ 가족의 생활 • 식단과 식품 선택 • 의복의 선택과 관리 • 주거의 선택과 거주 환경	○ 가정 생활의 실제 • 식사 준비와 예절 • 옷 만들기과 고쳐입기 • 주거 공간 활용
			○ 가정 생활과 복지 • 생애 단계와 가족 복지 • 가족복지서비스
	<10학년: 기술·가정>	<11~12학년: 가정·과학>	
고등학교 (기술·가정, 가정과학)	○ 가정 생활 문화 • 가족·소비 생활문화 • 의식주 생활 문화	○ 가족 영양과 건강 • 생애 주기와 영양 관리 • 영양 문제와 식이 요법 ○ 식품 선택과 관리 • 안전한 식품 선택 • 조리 시 식품 성분 변화 • 위생적인 식품 관리	○ 음식 문화와 음식 만들기 • 한국 음식과 외국 음식의 문화와 음식 만들기 • ‘식품과 영양’관련 직업

자료: 이수정 박사(한국교육과정평가원) 원고 참조.

일본의 청소년 식생활 교육 및 관련 정책

■ 일본의 식육(食育)추진시책

일본에서는 불규칙적인 식생활, 비만, 생활습관병의 증가, 食에 대한 이해와 판단력 저하, 영양 편중 등을 배경으로 식생활 교육(이하 식육)의 필요성이 제기되었으며, 이에 따라 2005년에 “식육기본법”이 제정되었다. 이 법에 근거하여 일본 정부는 내각부를 중심으로 농림수산성, 문부과학성, 후생노동성 등 범부처 차원에서 ‘식육추진기본계획’을 수립하였다. ‘식육추진기본계획’에 추진 목표를 구체적으로 설정하고, 각 시책을 수립하여 종합적이고 계획적으로 추진하고 있다. 예를 들어 2020년 목표에는 소년의 아침결식비율 0%, 학교급식에 지역농산물 사용 30% 이상, 교육농장 실시 시정촌 개소 수가 전체의 60% 이상 등이 포함되어 있다.

식육은 가정, 학교, 지역사회로 구분하여 추진되고 있다. 가정에서의 식육은 영양균형, 식탁을 통한 가족과의 유대, 올바른 식사 예절, 음식쓰레기에 대한 인식, 식문화의 계승 및 풍부한 미각 형성, 식품안전의식 증진 등을 주요 내용으로 한다.

학교에서의 식육은 주로 급식 및 교과를 통한 식생활 교육 향상을 목적으로 추진되고 있다. 영양교사를 중심으로 한 식생활 교육체제를 확충하고 있으며, 영양교사 수를 2005년 34인에서 2007년 986인으로 대폭 증대하였다. 교과목에 食에 관한 지도를 포함하고 있다. 가정·기술 과목에서는 균형잡힌 식사의 중요성을 강조하고 있고, 보건·체육 과목에서는 바람직한 생활습관을 체득하도록 지도하고 있다. 이외에 급식 시간을 활용하여 교육효과를 향상시키거나 어린이 요리교실 개최, 보호자 시식회 및 간담회 등을 개최하기도 한다. 이러한 지도 결과, 내각부 조사에 의하면 식육에 대한 말과 뜻을 아는 국민(어린이와 보호자)의 비중이 2006년 38%에서 2007년 63%로 크게 제고되었다.

문부과학성은 학교에서의 식육을 주도적으로 추진하고 있다. 영양교사제도

와 학교급식제도를 운영하고 있다. 영양교사는 각 학교의 식육에 관한 전체 계획을 작성하고 추진의 중심적 역할을 담당한다. 영양교사제도는 영양교사 인정 대학 등을 지정하여 영양에 관한 전담교사를 양성하고 배치하는 제도를 말한다. 학교 급식 대상은 초등학생의 대부분과 중학생의 상당부분(88%)이 해당되며, 급식을 ‘살아있는 교재’로 식육 지도에 활용하고 있다. 일반 교과 이외에도 식육에 관한 교재를 개발하고 있으며, 학교 식육에 관한 실태조사를 매년 실시하고 있다. 주요 식육 관련 교재로는 ‘식육 지도 요령’, ‘식생활학습교재’, ‘학교 급식 조리장에서의 손씻기 매뉴얼’ 등이 있다.

농림수산성은 생산·유통·소비의 각 단계에서 후생성, 문부성과 공동작성한 ‘식생활 지침’과 ‘식사배런스가이드’를 보급하고 활용을 촉진하고 있다. 벼농사체험학습, 학교급식포럼 등을 개최하여 쌀을 중심으로 한 ‘일본형 식생활’의 보급을 추진하며, 학교와 지역사회와 연계하여 농림수산업과 식품산업에 대한 이해를 촉진하고 있다. 또한 일본형 식생활 실천을 통해 건전한 식생활을 실현하고, 전통적 식문화를 계승할 수 있도록 관련 정책을 개발·시행하고 있다. 그 밖에 농림수산성은 식품의 안전성에 관한 정보를 제공하는 역할을 하고 있다.

그림 44. 급식시간을 활용한 식생활 교육 장면



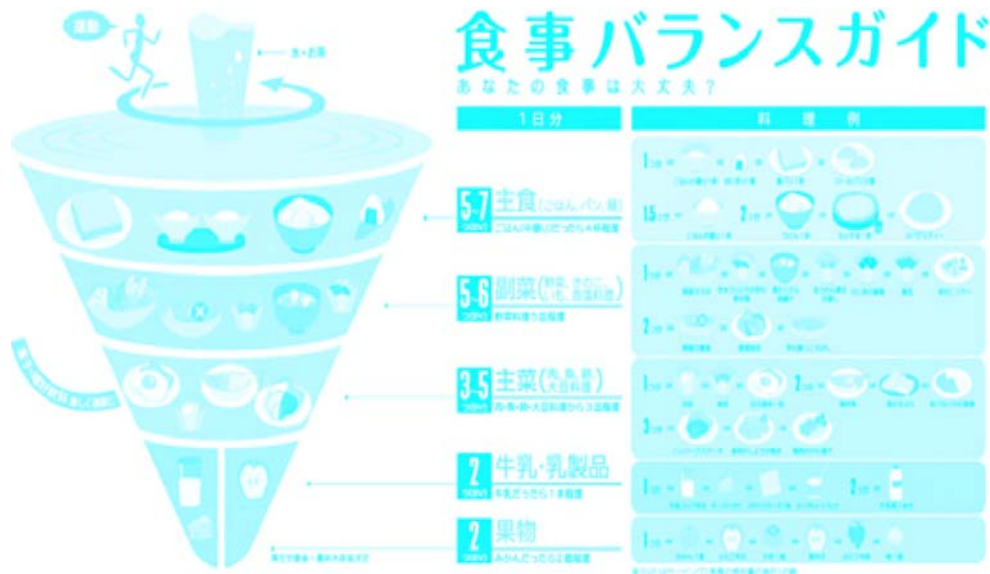
그림 45. 학교와 지역사회가 제휴한 식생활 교육 현장



후생노동성에서도 ‘건강일본21’ 등의 사업을 통해 식육을 추진하고 있다. ‘건강일본21’은 과학적 근거에 기초한 영양정책 추진, 영양·식생활에 관한 지식의 계발 및 보급, 식생활지침·식사밸런스가이드 개발·보급, 집단적 지도 및 건강진단검사 결과 등에 기초한 개별 지도, 영양사의 자질 향상 및 인재 육성, 식품 안전에 관한 리스크커뮤니케이션 등의 내용으로 구성되어 있다. 또한 후생노동성에서는 지방공공단체에서 식육추진계획을 수립·추진할 때 시정촌 보건센터 등 관계기관과 제휴하여 지역사업을 함께 추진하고 있다.

이상에서 살펴보았듯이 ‘식생활 지침’과 ‘식사밸런스가이드’는 부처 간 공동사업으로 작성하여 배포하고 있다. ‘식생활 지침’은 2000년 3월 농림수산성·문부성·후생성에서 국민의 건강 증진, 생활의 질적 향상 및 식료의 안정공급을 도모하기 위해 수립되었다. 동 지침에는 식생활개선분야, 교육분야, 식품산업분야, 농림어업분야의 사업과 국민적 운동 추진 등이 포함되어 있다. ‘식사밸런스가이드’는 일본 정부에서 식생활 지침을 구체적인 행동으로 연결시키기 위해 2005년 6월 확정된 것이다. 이 가이드는 하루에 무엇을, 얼마나 먹으면 좋은지 등 바람직한 식사 구성과 양을 그림으로 알기 쉽게 표시한 것으로 후생노동성과 농림수산성이 공동으로 작성하였다. ‘식사밸런스가이드’는 학교 교육에 이용될 뿐 아니라, 식당 등에서도 적극적으로 활용토록 권장되고 있다.

그림 46. 식사밸런스 가이드 팸플릿



■ 일본의 식생활 교과 내용

중학교에서는 ‘기술·가정’에서 식품의 선택과 간단한 일상 음식 조리, 식생활의 안전과 위생, 식품·조리 기구 등과 관련된 사항을 필수 내용으로 다루고 있다. 선택 항목으로는 자신의 식생활 관리, 일상 음식이나 지역의 음식 재료를 활용한 조리법 고안, 회식에 대한 과제·계획·실천 등의 내용이 포함되어 있다.

고등학교의 경우 3가지의 선택 과목에서 접근 관점을 다양하게 다루고 있다. ‘가정 기초’ 과목에는 식생활과 관련된 지식과 기술, 가족의 건강하고 안전, 쾌적한 식생활과 관련된 내용을 다루고 있으며, ‘가정 일반’ 과목에는 영양, 식품, 조리 과학 등 식생활의 과학적인 내용과 식생활 문화 내용 등이 포함되어 있다. 한편 ‘생활 기술’ 과목에서는 가족의 식생활의 현상과 과제, 건강 유지와 증진을 고려한 식생활 모색, 식품과 조리, 식생활 안전과 건강, 안전을 고려한 식생활 관리 내용 등을 다루고 있다.

일본의 식생활 관련 교과서에는 우리나라와 유사하게 영양학과 식품·조리학 내용을 포함하며, 특히 가족과의 건강하고 안전한 식생활 관련 내용이 강조되어 있다. 또한 일상 음식이나 지역의 음식 재료를 활용한 조리법, 식생활의 현상과 과제 등이 강조된다.

표 42. 일본의 중·고등학교 식생활 관련 교육 내용

[기술·가정] <생활 자립과 의식주> ○ 식품 선택과 일상 음식 조리 기초 • 식품의 품질 구별, 용도에 따른 선택 • 간단한 일상 음식 조리 • 식생활의 안전과 위생, 식품·조리 기구 관리 <선택 항목> ○ 식생활 과제와 조리의 응용 • 자신의 식생활 관리, 일상 음식이나 지역의 음식 재료를 활용한 조리법 고안 • 회식에 대한 과제, 계획, 실천	[가정 기초] ○ 식생활의 관리와 기초 • 영양, 식품, 조리, 식품 위생 등에 관련된 기초적인 지식과 기술 • 가족의 건강하고, 안전, 쾌적한 식생활 [가정 일반] <생활의 과학과 문화> ○ 식생활 과학과 문화 • 영양, 식품, 조리 과학 • 식생활 문화 [생활 기술] <식생활의 설계와 조리> ○ 가족의 식생활과 영양 • 가족의 식생활의 현상과 과제 • 건강과 영양과의 관계 • 건강의 유지와 증진을 고려한 식생활 모색 ○ 식품과 조리 • 식품의 영양적 특성과 조리상의 성질 • 건강과 영양과의 관계 • 건강의 유지와 증진을 고려한 식생활 모색 ○ 식생활의 관리 • 식생활 환경의 변화 및 식생활 안전과 건강과 안전을 고려한 식생활의 관리
--	---

자료: 이수정 박사(한국교육과정평가원) 원고 참조.

중국 청소년의 식생활 관련 정책

중국 청소년의 식생활 관련 정책은 교육부와 위생부에서 담당하며, 중앙문건을 통해 학교 및 지역 등에 지침이 실행되고 있다. 교과과정에서 한국과 일본 처럼 식생활을 특별히 다루는 과목은 없으며, 다양한 과목에서 필요 지식을 습득하고 있는 것으로 나타난다.

교육부는 ‘중공중앙국무원의 청소년 체육을 강화하여 청소년 체질을 증강하는 데 대한 의견’을 기초로 학교에서의 식생활 교육과 정책 실시한다. 위생부는 ‘중국아동청소년의 간식소비 지침’을 통해 청소년의 간식소비문제 전문 지도, 중국주민의 식사지침을 근거로 중국주민 및 특정 집단의 식사에 대한 지도를 하고 있다. 그밖에 청소년 발전과 관련되는 문건인 ‘중국아동발전강요(2001~2010)’는 청소년 발전의 시각에서 청소년교육에 대한 과제가 논의되어 있다.

■ 청소년의 체질 개선 정책

중국 국무원은 2008년 5월 7일 ‘청소년 체육을 강화하여 청소년 체질을 증강하는 데 대한 의견’(중앙 7호 문건)을 하달하여 청소년의 체질을 증강하기 위한 일련의 정책을 확정하였다. ‘의견’은 청소년의 영양상황과 관련하여 존재하는 문제에 대해 과학적인 영양측면에서 건강교육을 적극적으로 진행할 것을 요구하고 있다. 또한 청소년의 영양에 대한 지도관리체계를 수립하여 도시와 농촌 거주 청소년 및 가정애 대해 영양지도를 강화할 것을 촉구하였다.

‘의견’은 국가재정 지원, 사회지원 등 방식을 통해 농촌지역의 기숙사제도를 더욱 강화하여 경제상황이 어려운 학생들의 식사보조 표준을 향상시켜 필요한 영양을 공급하도록 요구하고 있다. 또한 5년 내에 중국 청소년의 영양부족과 비만을 줄일 것 등을 명시하였다. ‘의견’은 교육 및 영양 관련 사업 담당자들이 학생들의 영양 상태 개선사업을 적극 추진하도록 촉구하고 다음과 같은 사

업 추진 원칙을 제시하였다.

‘의견’에서 제시된 주요 정책 사업은 다섯 가지로 요약된다. 첫째, 과학적인 영양·건강 의식을 확립할 수 있도록 청소년을 대상으로 영양지식을 교육하고 양호한 식·위생 습관을 양성하도록 지도·관리해야 한다는 것이다. 둘째, 학생들을 상대로 영양관련 홍보를 강화하고 사회 전반적으로 이를 중시하는 환경을 조성하여 노력해야 함을 규정한다. 셋째, 지역 및 학교 차이를 고려하여 경(輕)·중(重)·완(緩)·급(急)으로 사업을 분류하여 지도하는 원칙을 견지하고 있다. 예를 들어 기숙사제 학교는 식품위생 보장과 학생들의 식사 개선에 주력하도록 규정하며, 농촌지역의 학교식당은 해당 지역의 풍부한 자원을 이용하여 학생들에게 공급하도록 권장하고 있다. 넷째, 가정이 학생 영양 개선의 중심적 역할을 할 수 있도록 학교는 학부모 학교, 학부모 회의, 서신 등을 통해 학부모들에게 영양관련 과학지식을 보급하고 영양식단을 지도하도록 규정하고 있다.

■ 아동 및 청소년의 간식 소비 지침

중국 질병예방제어센터(疾病預防控制中心)의 ‘영양 및 식품안전소(營養與食品安全所)’와 중국 영양학회(營養協會)는 공동으로 ‘아동 및 청소년의 간식 소비 지침’을 발표하였다. ‘지침’은 학생들이 좋아하는 간식을 10가지 종류로 분류하고 ‘자주 먹을 수 있는 것’, ‘적당히 먹을 것’, ‘제한적으로 먹을 것’ 등 3가지로 구분하여 제시하고 있다.

첫째, 자주 먹을 수 있는 간식에는 저지방, 저염, 저당 식품이 포함된다. 대표적인 예로써 삶은 계란, 무당 혹은 저당 밀가루, 삶은 옥수수, 보리 빵, 두유, 우유, 삶거나 구운 고구마, 무가당 신선 과일즙, 신선 과일 등을 제시하였다.

둘째, 적당히 먹을 것은 1주에 1~2회 섭취를 기준으로 한 식품으로 주로 중등 지방, 염, 당류 등이 포함된다. 제시된 예로는 초콜릿, 육포, 소세지, 절인 가금 알, 월병, 건포도, 치즈, 과즙 함량이 30%인 과일, 채소 음료 등이 있다.

셋째, 제한적으로 먹을 것은 1주에 1회 이상 먹는 것을 금지하고 있는 식품

으로 고당, 고염, 고지방 식품이 포함된다. 해당하는 식품으로 솜사탕, 사탕, 튀긴 닭고기, 튀긴 음식, 초코파이, 우유나 치즈를 끼워 넣은 과자, 크림 케익, 라면, 통조림, 치즈, 튀긴 감자, 콜라, 아이스크림 등이 제시되었다.

■ 중국 주민의 식사 지침

최근 중국 주민의 식사 상황이 크게 개선되어 아동, 청소년의 평균 키가 증가하였고 영양실조에 의한 질병 발생률은 감소하였다. 그러나 빈곤한 농촌에는 아직도 영양부족 문제가 존재하고 있으며 동시에 중국 주민의 식습관 변화로 비만, 고혈압, 당뇨병 등의 만성질환이 증가하여 국민의 건강을 위협하는 문제로 부상하였다.

이러한 상황에서 중국 주민들에게 근본적이고 정확한 식사 정보를 제공하고 주민의 합리적인 영양섭취를 지도하기 위한 목적으로 중국 영양학회는 위생부의 위탁을 받아 1997년 발표된 ‘중국주민식사지침’에 대한 수정 작업을 진행하였다. 중국 위생부는 2008년 1월 15일 ‘중국주민식사지침(2007)’을 공식 발표하였다.

‘지침’은 최신의 과학적 근거에 기초하여 현재 중국 주민의 영양 상태와 식사의 문제점을 기술하고 균형 잡힌 식사를 통해 영양을 골고루 섭취할 수 있는 행동방안을 제안하고 있다. ‘지침’은 일반 집단 식사 지침, 특정 집단 식사 지침, 균형식사 등 3개 부분으로 구성되었다. 이 가운데 6세 이상의 정상인에게 적용되는 식사 지침 10개 조항은 다음과 같다. ① 다양한 음식, 곡류 위주, 조곡과 정곡 배합, ② 채소, 과일, 서류를 많이 먹을 것, ③ 우유, 대두, 그 제품을 매일 먹을 것, ④ 생선, 가금, 알, 살코기를 늘 먹을 것, ⑤ 조리용 기름량을 줄이고 단백하고 소금이 적은 식사를 할 것, ⑥ 과식하지 말고 매일 운동하며 건강한 체중을 유지할 것, ⑦ 하루 세끼 식사는 합리하게 배분하고 간식은 적당히 먹을 것, ⑧ 매일 충분히 물을 마시고 음료를 합리적으로 선택할 것, ⑨ 음주할 경우 양을 제한할 것, ⑩ 신선하고 위생적인 음식을 먹을 것 등이다.

시사점

■ 한국 식품 위생관리, 일본과 중국 식생활 교육 중심

한국에서 청소년의 식품 정책은 유해한 영양성분의 저감화, 식품 위생관리, 학교급식 개선이 주요한 내용을 점한다. 반면 청소년을 대상으로 한 식생활 교육프로그램은 매우 적으며 주로 학교 내에서 교육이 이루어지고 있다. 가정이나 지역사회 등에서 청소년을 대상으로 식생활 교육을 추진한 예는 많지 않다.

일본이나 중국에서는 식생활 관련 정책이 청소년을 대상으로 한 식품정책의 중심을 이루고 있다. 일본에서는 가정, 학교, 문부과학성, 지역, 산업체 등에서 다양한 식생활 교육 프로그램을 운영하고 있으며, 중앙부처도 문부과학성·농림수산업성·후생노동성 공동으로 연계하여 정책을 실행하고 있다. 중국에서도 교육부와 위생부가 주축이 되어 관련 지침을 통해 청소년의 식사 및 간식 지침을 실행하고, 건강교육 및 영양지도를 실시하고 있다.

학교에서 식생활에 대한 교과 교육은 한국과 일본의 경우 가정교과에서 이루어지고 있었으며, 중국에서는 별도로 특별히 다루는 과목은 없었다. 한국에서는 중학교 2년·고등학교 3년간 가정과목이 운영되며, 주요 내용은 식품, 조리, 영양, 상차림, 식사예절 등으로 구성된다. 일본에서는 중학교 과정은 필수이나, 고등학교에서는 3가지 선택과목으로 운영되고 있다. 교과 내용은 한국과 유사하나, 실습이 강조되고 그림 등을 통해 알기 쉽고 흥미롭게 구성된 점 등에서 차이가 있다. 또한 일본 교과서에서는 환경 친화적인 식생활을 강조하고, 향토음식이나 식문화에 대한 내용이 강조되어 있다.

제 6 장

식품소비 전망과 정책과제

이 장에서는 한국 청소년의 식품소비를 전망하고 청소년 식품정책의 과제를 제시하였다. 식품소비 전망에서는 청소년의 식품류별 소비와 식생활 및 영양 섭취를 전망하고, 일본 식품소비 변화로부터 시사점을 제시하였다. 정책과제에서는 청소년 대상 식품소비 및 영양정책 방향을 제시하고, 일본과 중국 청소년 대상 한국 식품 홍보 및 마케팅 전략 방향을 제시하였다.

청소년 식품소비 전망

■ 식품별 소비 전망

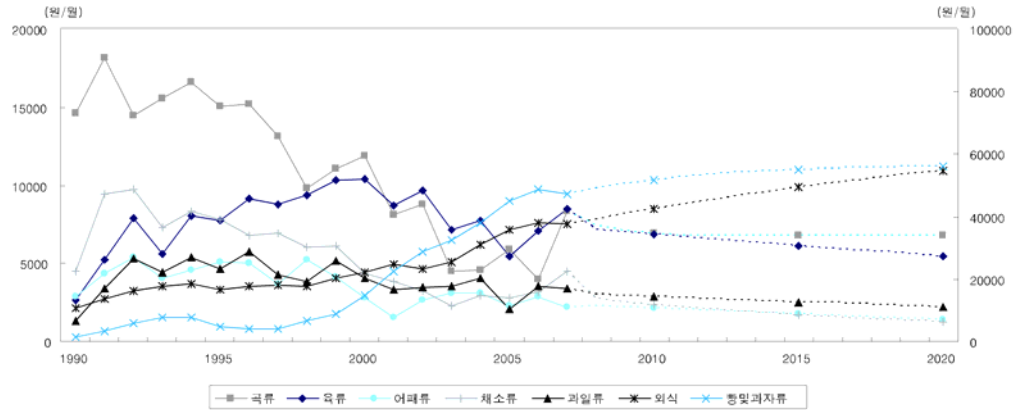
추세 전망

통계청 원자료를 이용하여 분석한 연령계층별 식품소비 추정치를 이용하여 식품소비를 전망할 수 있다. 1985~2007년간 추정된 연령계층별 식품류 지출액(2000년 불변가격) 추정치를 시간변수에 대해 선형함수 분석을 하였다. 분석기간을 1985~2007, 1990~2007, 1995~2007, 2000~2007, 2002~2007로 달리 하여 분석하였으며, 통계 값과 전망치 등을 감안하여 가장 적절한 함수를 선택하였다. 또한 추정된 함수식을 이용하여 2008~2020년까지 전망치를 산출하였다.¹¹⁾

청소년층의 2020년까지 가정 내 식품수요를 전망한 결과 쌀, 쇠고기, 어패류, 채소류, 과일류 소비는 감소하는 반면, 돼지고기, 빵과 과자류, 음료류, 외식소비의 증가가 전망된다<그림 47>. 채소, 과일, 어패류의 경우 완만한 감소추세가 지속되며, 곡류의 감소추세는 다소 완화될 것으로 보인다. 또한 돼지고기, 빵과 과자류, 음료류의 소폭증가가 예상되며, 외식 증가추세도 이전에 비해 증가율이 둔화될 것으로 전망된다.

¹¹⁾ 청소년(14~19세)의 외식과 빵의 소비는 식품류 지출액(2000년 불변가격)의 3개년 이동 평균값을 이용하여 AR(1) 함수를 적용하였다.

그림 47. 한국 청소년층의 식품소비 전망



각 연령계층별 식품소비 전망치와 통계청의 추계인구 분포를 감안하여 전체 식품 소비추세를 전망할 수 있다. 전망 결과 가정 내 소비식품 중 곡류는 연평균 1.0%, 쇠고기는 1.7%, 채소 1.6%, 달걀 1.9%씩 소비가 감소할 것으로 예상되는 반면, 돼지고기의 수요는 연평균 2.0%, 외식은 연평균 2.8%의 증가세를 나타낼 것으로 분석되었다.

표 43. 식품류별 소비 전망

	2007	2010	2015	2020	연평균 증감률(%)
곡류	100	82.6	84.6	87.9	-1.0
쌀	100	96.9	93.2	89.9	-0.8
고기류	100	101.7	95.5	89.0	-0.9
쇠고기	100	91.7	86.0	80.0	-1.7
돼지고기	100	103.4	115.2	128.7	2.0
우유	100	96.7	92.4	89.1	-0.9
달걀	100	90.2	84.0	78.0	-1.9
생선	100	103.7	108.6	113.9	1.0
채소	100	91.6	87.2	81.6	-1.6
해조류	100	67.0	66.7	66.4	-3.1
과일	100	105.0	107.1	108.0	0.6
조미료	100	98.0	103.2	109.7	0.7
빵류	100	104.9	102.4	93.9	-0.5
외식	100	110.2	127.1	143.2	2.8

일본 식품소비 변화추세와 시사점

한·중·일 식품소비 여건변화 추세가 비슷하므로, 미래 식품소비를 전망하기 위해서는 각국 청소년층의 식품소비 변화에 주목할 필요가 있다. 일본은 경제적인 측면에서 한국에 비해 약 20년 정도 앞섰으며, 사회문화적인 측면에서 한국 청소년층은 일본의 영향을 많이 받고 있다. 따라서 일본의 10~20년 이전부터 현재까지의 식품소비 변화를 살펴보는 것은 한국의 식품 소비 변화를 이해하고 미래추세를 전망하여 정책방향을 설정하는 데 중요한 참고가 될 수 있다. 일본 식품소비의 시사점을 네 가지로 정리하면 다음과 같다.

첫째, 일본에서 쌀 소비는 빠르게 감소하여 왔으나, 2000년대 이후에는 10대의 쌀 소비 감소가 둔화되고 20~30대의 쌀 소비가 약간 증가하는 특징을 보이고 있다. 일본에서 그동안 쌀 소비확대정책, 식생활교육 등이 적극적으로 시행되어 온 점을 감안할 때 향후 소비정책 추진 등의 성과에 따라서 청소년 및 청년층을 중심으로 쌀 소비 감소의 둔화가 가능할 것으로 보인다.

둘째, 한국에서 청소년의 육류 소비는 다른 연령층에 비해 가장 낮은 수준이며, 최근 소비추세는 정체되고 있다. 반면 일본의 경우 10대의 쇠고기 및 돼지고기 소비량이 다른 연령계층에 비해 월등히 많은 수준이라는 점을 감안할 때 향후 청소년층의 육류 소비는 가격 및 식품 안전성에 대한 사회적 여건 등에 따라 증가할 가능성이 있다.

셋째, 과일류와 어패류는 건강식품으로 인식되어 한국에서 10~20대를 제외하고 대체로 증가하는 추세를 보였다. 그러나 일본의 전 연령층에서 소비감소가 뚜렷하게 나타나는 점 등을 고려할 때 이후 감소추세로 전환을 예측해볼 수 있다. 일본에서 과일소비가 음료류 등으로 대체되어 온 추이를 주목할 필요가 있다.

넷째, 채소류는 한국과 일본 모두 고령층을 제외하고 소비가 약간씩 감소하는 추세를 보이고 있다. 향후 채소류의 소비 감소추세는 대체로 지속할 것으로 전망된다.

다섯째, 외식은 한국의 전체 연령계층에서 소비가 가장 빠르게 증가하였으

나, 일본에서 고령층을 제외한 대부분 연령층에서 소비가 정체내지 감소하는 경향을 보이고 있다. 한국에서 외식 소비 증가추세는 이후 둔화될 가능성이 크며, 일본과 마찬가지로 외부에서 조리·반조리한 식품을 구입하다가 가정 내에서 간단히 조리하여 먹는 패턴이 증가할 것으로 예측된다.

■ 영양 섭취 및 식생활 전망

가정식에 비해 외식에서 지방 섭취가 높다는 점을 감안할 때 외식 소비 증가로 지방 과잉 현상이 확대될 가능성이 있으며, 반면 어패류와 채소류 등의 소비 감소는 칼슘, 철, 칼륨, 비타민 C 등의 영양소 부족을 가져올 가능성이 크다.¹²⁾

산업화와 서구화가 진행되고, 사회·경제·인구환경이 빠르게 변화하면서 전통 식문화가 붕괴되고, 잘못된 식습관이 확대되고 있다. 식생활의 중요성에 대한 인식이 전환되지 않을 경우 불규칙적인 식생활과 서구식 식생활 확대로 영양불균형이 확대되고 생활습관병이 빠르게 증가할 것으로 전망된다.

청소년층이 저급 급식, 아침결식, 불규칙한 저녁식사, 패스트푸드, 탄산음료 등에 노출될 경우 미래 우리사회의 건강을 저해하는 심각한 상황이 대두될 가능성이 높다.

12) 주요 영양소의 수요처별 공급기준을 보면 외식에서 에너지의 41.4%, 단백질의 41%를 충족하는 반면, 지방은 상대적으로 외식에서 섭취비중이 높아 45.5%를 나타냄(이계임(2007), pp117~118참조).

청소년 식품 정책 과제

■ 학교 교과 교육의 개선

한국에서 식생활 관련 교과목인 가정 과목은 다른 나라의 교육과정과 비교해볼 때 상대적으로 많은 내용을 포함하는 반면, 한국 청소년들은 학교 교육에 대한 영향력을 가장 낮게 평가하는 등 실효성 문제가 제기되고 있다. 학교에서 식생활 교육은 체험활동을 통해 생활태도와 행동의 변화를 실천할 수 있는 실제적인 교육이 되어야 함에도 불구하고, 현재의 교육과정은 지식이나 기술의 전달에 주력해온 측면이 있다. 또한 한국에서 학교 교과 교육방법은 설명이 67.8%로 일본의 57.2%에 비해 높은 반면, 실습은 한국(19.5%)에 비해 일본(27.3%)이 높은 편이다<표 44>. 식생활 교육은 일상생활 활용 가능 부분이 많음에도 불구하고 다양한 보조자료 활용이 미흡한 실정이다.

학교 교과목에서 식생활 교육의 개선방향은 1) 고령화 사회 등 변화하는 사회생활을 반영할 수 있는 식생활교육, 2) 자립적인 식생활 영위할 수 있도록 현실적인 교육, 3) 다양한 체험활동을 통한 실제적인 식생활 교육, 4) 수입개방과 식품 위해물질 증가 등 변화에 적응 능력 기르고, 공동체 삶을 공유할 수 있는 가치관 형성교육 등이다.

표 44. 한국과 일본의 학교 교과 교육 방법

단위: %

항 목	한국	일본
설명	67.8	57.2
실습	19.5	27.3
토론	9.9	9.0
기타	2.8	6.7
합계	100.0	100.0

자료: 한국, 중국, 일본 설문조사 결과(2008).

첫째, 최근 우리나라는 다양한 가족 형태의 출현과 함께 고령화 사회·다문화 사회·통일 국가 등이 중요한 사회적 이슈로 부각되고 있으며, 개인과 가족의 건강을 우선으로 하는 삶 등이 부각되고 있다. 따라서 변화하는 추세에 부응하기 위해서는 아동·청소년의 비만 해소 및 만성퇴행성 질환의 예방을 위해 균형 잡힌 건강 식생활 실천 습관이 형성될 수 있도록 교육을 해야 하며, 생애단계별 영양 관리와 노후에 발생할 만성 질병 예방 식생활 실천, 여러 나라 식생활 문화 이해 교육 등이 필요하다.

둘째, 청소년의 자주적인 생활 능력을 기르기 위해서 식생활을 스스로 관리할 수 있는 능력이 요구된다. 주어진 상황에 맞게 간단한 음식을 만드는 방법, 반조리 식품 등의 간편 식품을 활용하는 방법 등 현실적인 방안을 찾도록 하는 등 영양 교육, 식생활 관리 등의 응용 능력을 기를 수 있도록 체계적으로 교육해야 한다.

셋째, 학교에서의 식생활 교육의 중요한 점은 지식이나 기술의 전달에서 그치는 것이 아니고 생활 태도 및 행동의 변화를 일으켜 실천하도록 이끌어주는 것이다. 식생활의 경우 실험·실습, 조사, 사례 연구, 과제 학습 등 체험 활동을 통해 학생 중심의 식생활 교육을 하는 것이 창의적 사고력, 문제 해결력, 실생활에의 적용력 등을 길러줄 수 있을 것으로 기대된다. 따라서 지식만을 전달하는 수준에 머물러 있는 현재의 수업 방식을 학습자 스스로 문제를 해결하고 창의력을 길러줄 수 있는 학습자 중심의 새로운 교육 및 실천적 교수·학습 방법으로 개선해야 한다.

넷째, 청소년에게 안전한 식품을 선택하고 위생적으로 관리하는 능력을 기르고, 식생활과 관련된 수질 오염 문제, 식품 구매 시 행동, 식사 시 행동, 뒤처리 등 식생활 관리 전반에서 친환경적인 실천력을 갖도록 해야 한다. 또한 국제화 시대에 대비하여 세계 음식 페스티벌 등의 프로그램을 통해 국제 교류의 기회를 제공하는 한편, 전통 식생활을 계승하기 위한 체계적인 교육이 필요하다.

식생활 교육의 적극적인 추진

불규칙한 식생활을 개선하고 영양불균형에 대처하여 건강한 식생활 습관이 형성되도록 하기 위해서는 가정, 학교, 정부, 생산자, 지역 참여하는 범국민운동차원에서 식생활 교육 추진이 필요하다.

한·중·일 청소년 모두 식사습관에 가장 큰 영향을 미치는 요인을 부모로 인식하고 있는 반면, 아침식사 결식률이 일본·중국에 비해 월등히 높고 저녁식사도 시간이 부족하여 편의점이나 길거리에서 해결하는 등 가정 내 건전한 식교육이 자리 잡지 못한 실정이다. 가정 내 식습관 확립을 위해서는 식문화 및 식생활 관련 정보제공과 교육, 중국처럼 가정 내 쉽게 실천할 수 있는 세부지침 작성·보급, 매스컴을 통한 식문화와 바른 식생활 홍보 등이 필요하다.

학교급식은 체험을 통한 교육의 장으로서 올바른 식습관뿐만 아니라 식문화 체험에 중요한 영향을 미치므로 학교급식에서 한국형 식생활에 대한 선호도를 유지·확대하기 위한 정책지원이 필요하다. 국내산 농축산물을 최대한 이용될 수 있도록 관련 법규의 정비와 재정지원을 뒷받침하고, 전통식 급식메뉴 등을 개발 및 보급해야 할 것이다. 또한 학교에서 가정·학교·지역사회의 연계를 통한 식생활 교육사업에 주도적 역할을 담당할 수 있도록 다양한 프로그램을 개발·운영하여야 할 것이다.

식습관 등 가치관과 관련된 교육은 일찍 시작할수록 효과적인 점 등을 감안하여 식생활 교육을 가능한 빠른 시기에 시작하고 체계적으로 실시할 수 있는 방안을 모색할 필요가 있다. 국가적 차원에서는 개인과 국민의 건강을 유지하고 증진시킬 수 있는 식생활 교육 관련 표준화된 교육과정을 개발해야 하며, 국민들의 식생활 실태의 문제점과 개선 필요성에 대한 사회적 인식을 수렴하여 기본법 제정을 추진해야 한다.

청소년 대상 구체적인 식품소비 및 영양 정책 수립

청소년층이 미래 건강하고 합리적인 소비계층으로 성장할 수 있도록 청소년

층을 대상으로 한 구체적인 식품소비 및 영양정책이 적극적으로 추진되어야 한다. 청소년 대상 정책은 고유의 행동양식과 소비 특징을 감안하여 정책 대상을 구체화하여야 할 것이다. 청소년층의 식생활에 영향을 미치는 주요 요인을 검출한 결과 한·중·일 청소년의 식생활 패턴이 상당히 유사하였으나 영향을 미치는 요인의 크기에 차이가 있었다. 청소년의 식품소비에 영향을 미치는 요인은 건강, 합리성, 간편성, 맛·고급화이었으나 한국 청소년의 경우 일본이나 중국 청소년에 비해 간편성을 추구하는 경향이 뚜렷하였다. 또한 일본 청소년은 상대적으로 건강 지향 요인이, 중국 청소년은 맛 지향 요인이 큰 것으로 나타났다.

실제 한국 청소년층은 높은 결식률, 편식 등으로 권장량 대비 부족 영양소가 많은 반면, 높은 지방 섭취, 불규칙적인 식생활, 패스트푸드와 탄산음료 선호 등으로 비만율이 급증하고 있는 상황에 처해 있다. 청소년층의 전반적인 영양상태를 개선하기 위한 구체적인 정책이 식생활 교육과 연계하여 적극 추진될 필요가 있다. 즉, 청소년층을 대상으로 한 영양교육, 식습관 개선, 학교 근처 정크푸드 판매 제한, 학교 및 학원주변 위생관리 강화 등이다. 한국의 경우 학원에서 보내는 시간이 많고, 학원 주변에서 식사를 때우는 식으로 식사를 하는 청소년 비중이 높기 때문에 학교 주변 뿐만 아니라 학원 지역을 대상으로 한 안전 점검과 대책이 필요할 것으로 보인다.

일본, 중국 청소년 대상 한국 식품 홍보·마케팅 전략 차별화

일본과 중국 청소년의 한국 식품 소비경험과 구입의향 분석결과 한국 식품에 대한 평가와 선호도에 차이가 있으므로 한국 식품 마케팅전략도 차별화될 필요가 있다.

일본 청소년의 경우 한국 음식의 매운맛, 단맛, 향에 관심이 많고, 음식의 외관, 식당분위기, 가격 조건을 고려하는 것으로 분석되었다. 반면, 중국 청소년들은 한식의 매운맛과 담백함을 중시하며 건강에 좋은 식품으로 인식하는 측면이 있는 것으로 나타났다. 따라서 일본과 중국 청소년을 대상으로 한식의 시

표 45. 국내 외식기업의 중국시장 진출 현황

진출연도	회사명	브랜드명	진출형태	업종
1989	한우리외식산업(주)	서라벌	현지합작	한식
1995	이원(주)	투다리	현지합작	주점
1997	수복성	(주)두산주류BG	단독투자	한식
1999	(주)한국미스터피자	미스터피자	직접투자	패스트푸드
2001	(주)오리엔스에프디	한스비빔밥	기술이전	한식
2002	병천아우네식품 (주)제너시스BBQ 한국153유통	병천황도방순대 BBQ치킨 처갓집양념통닭	기술이전 현지합작	한식 패스트푸드 패스트푸드
	(주)인토외식산업	와바	현지가맹	주점
2003	(주)참배나무골	참배나무골	단독투자	한식
	(주)김가네 (주)파리크라상	대학로김가네 파리바게뜨	현지가맹	분식 베이커리
2005	(주)화륜	가온	단독투자	한식
	(주)더본코리아	본가, 마을식당, 홍콩반점0410	단독투자	한식
	(주)종로김밥	롤앤롤	단독투자	분식
	(주)삼립식품	브랜드스타	단독투자	베이커리
	(주)국순당	백세주가	단독투자	한식
	(주)CJ푸드빌	시첸		
	(주)홍초원	홍초불닭	마스터프랜차이즈	퓨전
	(주)사보이F&B	카후나빌	현지합작	FR
2006	(주)놀부	놀부집향아리갈비, 수라온(2008)	단독투자 마스터프랜차이즈	한식
	(주)행복을굽는사람들	오발탄	단독투자	한식
	(주)정성분	애강산		한식
	태창가족	조끼조끼	단독투자	주점
2007	(주)농협목우촌	또래오래치킨	마스터프랜차이즈	패스트푸드
	(주)토성에프시	옛골토성	단독투자, 현지가맹	한식
	(주)참이맛	참이맛감자탕	현지가맹	한식
2008	벽제외식산업개발	벽제갈비	마스터프랜차이즈	한식

자료: 월간식당.

장진출을 추진할 때 이러한 특성이 고려될 수 있다. 일본 청소년을 대상으로 시장진출 고려 시 한식의 맛, 향, 외관 등을 중시할 필요가 있으며, 중국 청소년을 대상으로 시장 진출 시 중국식에 비해 한식이 영양적으로 우수하고 건강에 좋은 식품이라는 점을 홍보하는 것이 효과적일 것으로 보인다. 일본과 중국 청소년들이 선호하는 한식은 김치, 불고기, 비빔밥이다.

일본 청소년들은 한국 음식을 주로 집에서 소비하는 반면, 중국에서는 식당에서 소비하는 것으로 분석되었다. 일본시장에는 ‘상품개발’이, 중국시장은 ‘한식당진출’이 우선적으로 검토될 수 있을 것으로 보인다. 실제 한식식당의 해외 진출 사례를 보면 중국시장 진출이 눈에 띈다. 벽제갈비(2008), 이남장(2006), 놀부(2006), 종로김밥(2005), BBQ(2002), 본죽(2005) 등 다양한 업종이 중국시장에 진출하고 있다<표 45>.

중국 청소년이 한국 식문화에 영향을 받는 경로를 감안할 때 중국시장에서 청소년층을 대상으로 한 한국 식품에 대한 홍보는 TV 드라마나 TV·라디오 광고가 효과적일 것으로 보인다. 반면 일본 청소년은 드라마를 통한 한류열풍에 영향을 많이 받지 않기 때문에 매스컴 광고, 식품포장표시, 식당 광고 등 다양한 경로가 청소년층의 식품소비에 영향력을 미칠 것으로 예상된다.

제 7 장

요약 및 결론

연구 결과의 요약

청소년기는 성장기일 뿐만 아니라 이 시기 형성되는 식습관이 성인소비자 행동의 유형을 결정하므로 적절한 식품 소비가 매우 중요하다. 한·중·일 3국은 경제·사회적인 의존도가 높고 상호 간 식품 소비에 미치는 영향력이 커지고 있어 미래 식품소비의 주역인 이들 나라 청소년층 식품소비에 주목할 필요성이 더욱 증가한다. 이 연구는 한·중·일 청소년의 식품소비 여건, 식품소비 및 영양 섭취 현황, 식품에 대한 인식, 식생활의 문제점, 식품정책 등을 비교·분석함으로써 식품 수요 전망에 시사점을 제시하고, 식품정책의 방향을 제시하는 것을 목적으로 추진되었다.

제2장에서는 한·중·일 식품소비에 영향을 미치는 경제·사회·인구적인 여건 변화를 살펴보고, 식품소비 추세를 비교하였다. 한·중·일 3국에서는 소득 증가·고령화·독신가구 증가·여성의 경제참여 확대 등이 공통적인 현상으로 나타나 식품소비에 영향을 미치고 있다. 식품소비 추세에서는 일본이 1970년대 중반, 한국이 1980년대 후반을 기점으로 질적인 향상을 추구하는 단계로 진입하였으며, 중국에서도 공급칼로리 단가가 꾸준히 증가하는 추세이다. 앵겔계수의 하락과 외식비중 증가추이도 비슷하게 나타난다. 식품류별 소비에서는 곡류 소비 감소는 동일한 현상이나, 한국에서 증가추세에 있는 과일류와 낙농품 지출이 일본에서는 감소추세를 보이고 한·일에서 감소추세인 육류가 중국에서 증가추세를 보이는 점 등에서 국가별로 약간 차이를 보였다. 영양섭취측면에서는 한국에서의 동물성 단백질과 지방 증가와 중국에서의 지방 증가 현상이 뚜렷하게 나타나는 반면, 포화상태가 어느 정도 지속된 일본에서는 1990년대 후반 이후 단백질과 지방의 정체 내지는 감소경향을 보였다.

제3장에서는 한·중·일 청소년의 식품 및 영양 섭취수준을 살펴보고, 청소년층의 식품소비 추이를 검토하였다. 청소년의 식품소비 추이 분석에는 각국의 가계조사 원자료가 이용되었다. 한국에서 청소년층은 쌀 소비가 가장 빠르게 감소한 반면 빵과 과자류, 돼지고기, 외식 소비가 타 연령층에 비해 빠르게 증가하였다. 과일과 어패류 등은 2000년대 이후 소비가 감소추세를 보이고 있다.

일본에서는 2000년대 이후 20~30대 연령층의 쌀 소비 증가와 함께 청소년층의 쌀 소비감소추세도 둔화되고 있다. 2000년대 이후 쇠고기는 감소추세로, 돼지고기는 증가추세로 전환하였으며, 과일과 채소는 감소추세를 지속하고 있다. 중국에서 식품소비가 가장 빠르게 변화한 계층은 20~30대 계층이며, 청소년층 소비는 2002년 대비 2007년 큰 변화를 보이지 않았다. 중국 청소년의 식품 소비량은 다른 연령층에 비해 대체로 낮은 수준이었다.

청소년의 영양섭취수준은 한국의 경우 에너지를 비롯하여 절반 이상의 무기질과 비타민이 권장량에 못 미치는 수준이며, 중국 청소년은 대부분 영양소 섭취량이 부족한 것으로 나타났다. 일본 청소년은 한국과 중국에 비해 영양섭취 수준이 양호하여 칼로리와 칼슘 등 일부 영양소에서만 부족한 상태를 보였다. 3국 모두 나트륨은 과잉섭취 현상이 심각하였다.

일본과 중국 청소년은 공통적으로 한국 음식의 매운맛을 좋아하였으며 중국 청소년은 한국 음식의 담백함을, 일본 청소년은 한국 음식의 향을 중시하는 것으로 나타났다.

제4장에서는 한·중·일 청소년의 식생활 현황과 소비의식에 대해 비교하였다. 한국 청소년의 식생활 습관은 일본이나 중국 청소년에 비해 아침식사를 거르는 비중이 높고, 저녁식사를 불규칙하게 하거나 대충 때우는 경우가 많은 것으로 조사되었다. 청소년 중에서 매일 아침식사를 하는 비율은 50%에 불과하여 일본(82%)이나 중국(72%)에 비해 훨씬 낮다. 저녁식사 시간은 일본과 중국이 규칙적인 반면 한국은 불규칙적(63%)이었으며, 한국 청소년들은 편의점(29.0%)이나 길거리 트럭·포장마차(13.0%) 등에서 저녁을 먹는 비중이 높았다.

한국 청소년은 국산 농산물에 대한 신뢰도가 높은 반면, 식생활에 대한 학교 교육의 영향력을 낮게 평가하였다. 한국 청소년은 80%가 국산 농산물을 선호하며, 수입 식품이나 음식점의 안전성에 대해 불안해하고 있다. 식사 습관에 대해 가장 영향을 주는 요인은 한·중·일 모두 부모인 것으로 조사되었다. 일본 청소년이 학교의 식생활 교육이나 학교 급식의 영향을 긍정적으로 평가하는데 비해, 한국 청소년은 학교 교육의 영향력을 상대적으로 낮게 평가하였다.

일본과 중국 청소년의 한국 식문화에 대한 경험과 한국 음식 구입의향 등을

분석한 결과 한국 음식에 대한 인식수준에 차이가 있는 것으로 분석되었다. 일본 청소년은 한국 식품 구입을 결정하는 데 있어서 맛, 외관, 영양, 식당분위기 등을 중시하는 데 비해, 중국 청소년은 맛과 영양을 중시하는 것으로 나타났다. 한국 식품을 경험하는 곳으로는 일본 청소년이 주로 식품 매장(73%)이었으나, 중국 청소년은 한국 식당(76%)인 것으로 조사되었다.

제5장에서는 한·중·일 청소년의 식품 및 영양정책 현황에 대해서 검토하였다. 한국에서 청소년의 식품 정책은 유해한 영양성분의 저감화, 식품 위생관리, 학교급식 개선이 주요한 내용을 점한다. 일본이나 중국에서는 식생활 관련 정책이 청소년을 대상으로 한 식품정책의 중심을 이루고 있다. 일본에서는 가정, 학교, 문부과학성, 지역, 산업체 등에서 다양한 식생활 교육 프로그램을 운영하고 있으며, 중앙부처도 문부과학성·농림수산성·후생노동성 공동으로 연계하여 정책을 실행하고 있다. 중국에서도 교육부와 위생부가 주축이 되어 관련 지침을 통해 청소년의 식사 및 간식 지침을 실행하고, 건강교육 및 영양지도를 실시하고 있다.

학교에서 식생활에 대한 교과 교육은 한국과 일본의 경우 가정교과에서 이루어지고 있었으며, 중국에서는 별도로 특별히 다루는 과목은 없었다. 한국에서는 중학교 2년·고등학교 3년간 가정과목이 운영되며, 주요 내용은 식품, 조리, 영양, 상차림, 식사예절 등으로 구성된다. 일본에서는 중학교 과정은 필수이나, 고등학교에서는 3가지 선택과목으로 운영되고 있다. 교과 내용은 한국과 유사하나, 실습이 강조되고 그림 등을 통해 알기 쉽고 흥미롭게 구성된 점 등에서 차이가 있다. 또한 일본 교과서에서는 환경 친화적인 식생활을 강조하고, 향토음식이나 식문화에 대한 내용이 강조되어 있다.

제6장에서는 청소년의 식품소비를 전망하고 청소년 식품정책의 과제를 제시하였다. 1985~2007년간 추정된 연령계층별 식품류 지출액(2000년 불변가격)을 이용하여 선형함수 분석을 통해 전망 값을 산출하였다. 청소년층의 2020년까지 식품소비를 전망한 결과 가정 내 식품수요를 전망한 결과 곡류, 쇠고기, 어패류, 채소류, 과일류 소비는 감소하는 반면, 돼지고기, 빵과 과자류, 음료류, 외식소비의 증가가 전망된다. 곡류의 감소추세는 다소 완화될 것으로 보이며, 외

식 증가추세도 이전에 비해 증가율이 둔화될 것으로 전망되었다. 각 연령계층별 식품소비 전망치와 통계청의 추계인구 분포를 감안하여 전체 식품 소비량을 전망한 결과 가정 내 소비식품 중 곡류는 연평균 1.0%, 쇠고기는 1.7%, 채소 1.6%, 달걀 1.9%씩 소비가 감소할 것으로 예상되는 반면, 돼지고기의 수요는 연평균 2.0%, 외식은 연평균 2.8%의 증가세를 나타낼 것으로 분석되었다.

가정식에 비해 외식에서 지방 섭취가 높다는 점을 감안할 때 외식 소비 증가는 지방 과잉 현상이 확대될 가능성이 있으며, 반면 어패류와 채소류 등의 소비 감소는 칼슘, 철, 칼륨, 비타민 C 등의 영양소 부족을 가져올 가능성이 크다. 전통 식문화가 붕괴되고 잘못된 식습관이 확대되고 있으므로 식생활의 중요성에 대한 인식이 전환되지 않을 경우 불규칙적인 식생활과 서구식 식생활 확대로 영양불균형이 확대되고 생활습관병이 빠르게 증가할 것으로 전망된다.

청소년의 식품 소비를 개선하기 위해서는 학교 교과 교육이 다양한 체험활동을 통한 실제적인 교육이 되도록 개선되어야 하며, 가정·학교·정부·생산자·지역이 참여하는 범국민운동차원에서 식생활 교육 추진이 필요하다. 또한 청소년 대상 정책은 고유의 행동양식과 소비 특징을 감안하여 정책 대상을 구체화하여야 할 것이다. 청소년층의 전반적인 영양상태를 개선하기 위한 구체적인 정책이 식생활 교육과 연계하여 적극 추진될 필요가 있다.

일본과 중국 청소년의 한국 식품 소비경험과 구입의향 분석결과 한국 식품에 대한 평가와 선호도에 차이가 있으므로 한국 식품 마케팅전략도 차별화될 필요가 있다. 일본 청소년을 대상으로 시장진출 고려 시 한식의 맛, 향, 외관 등을 중시할 필요가 있으며, 중국 청소년을 대상으로 시장 진출 시 중국식에 비해 한식이 영양적으로 우수하고 건강에 좋은 식품이라는 점을 홍보하는 것이 효과적일 것으로 보인다. 한식 세계화 전략으로서 일본시장의 경우 ‘상품개발’이, 중국시장에서는 ‘한식당진출’이 고려될 수 있으며, 중국청소년이 한국 식문화에 영향을 받는 경로를 감안할 때 중국시장에서 청소년층을 대상으로 한 한국 식품에 대한 홍보는 TV 드라마나 TV·라디오 광고가 효과적일 것으로 보인다.

결론 및 정책 시사점

이 연구는 한·중·일 청소년의 식품소비·영양섭취·식생활·식품정책 등을 비교·분석함으로써 식품 수요 전망에 시사점을 제시하고, 식품정책의 방향을 제시하는 것을 목적으로 추진되었다. 청소년기는 성장이 가속화되는 시기로 충분한 영양소의 공급이 요구되며 이 시기 결정된 식습관이 성인이 되어서도 지속되기 때문에 특별히 주목받는 시기이다. 이 연구에서는 한국의 청소년뿐만 아니라 일본과 중국 청소년의 식품소비를 비교하여 검토하였다. 한·중·일은 지리적·역사적으로 밀접할 뿐만 아니라 식품소비 환경과 추세가 비슷하여 향후 한국의 식품소비를 예측하고 정책적 시사점을 검출하는 데 큰 영향을 미친다.

한국 청소년의 식생활은 서구화와 외부화가 빠르게 진행되고, 결식률이 높고 저녁시간이 바빠 학교나 학원근처에서 대충 때우는 비중이 높아 일본과 중국에 비해 건강하지 못한 식생활을 하고 있는 것으로 분석되었다. 외식과 간식 섭취가 증가 하는 반면, 과일류·채소류·어패류·곡류 소비가 감소하여 지방섭취는 많으나 다수 영양소의 섭취수준이 부족하였다. 일본은 한국보다 약 20년 앞서 식품소비 변화를 경험해 왔으나, 영양 상태가 훨씬 양호하고 건강한 식생활을 영위하고 있는 것으로 조사되었다. 아침식사 결식률이 한국의 1/3에도 못 미치며, 저녁식사를 집에서 규칙적으로 하는 비중이 높았다. 중국 청소년의 경우 영양 상태는 한국에 못 미치지만, 식사를 제때 규칙적으로 하는 등 한국에 비해 건전한 식습관을 형성하고 있었다.

따라서 한국 청소년을 대상으로 식생활 교육을 적극적으로 추진할 필요가 있다. 가정은 청소년의 식사습관에 가장 큰 영향을 미치는 곳으로 가정 내에서 건전한 식습관이 자리 잡을 수 있도록 학교·지역사회·매스컴 등을 통한 정보제공과 교육·홍보 등이 필요하다. 학교급식은 체험을 통한 교육의 장으로서 올바른 식습관뿐만 아니라 식문화 체험에 중요한 영향을 미치므로 학교급식에서 한국형 식생활에 대한 선호도를 유지·확대하기 위한 정책지원이 필요하다. 식습관 등 가치관과 관련된 교육은 일찍 시작할수록 효과적인 점 등을 감안하여 식생활 교육을 가능한 빠른 시기에 시작하고 체계적으로 실시할 수 있는 방안

을 모색할 필요가 있다. 국가차원에서는 사회적 인식을 전환하고 사회적 운동 차원에서 식생활 교육이 추진될 수 있도록 법적·제도적 지원이 뒷받침되어야 할 것이다. 일본에서 최근 오랫동안의 쌀 소비 확대 정책이나 식생활 교육정책이 어느 정도 성과를 보이고 있는 것으로 평가되는 점 등은 시사하는 바가 크다고 하겠다. 청소년층이 미래 건강하고 합리적인 소비계층으로 성장할 수 있도록 청소년층을 대상으로 한 구체적인 식품소비 및 영양정책이 적극적으로 추진되어야 할 것이다.

한편 일본과 중국 청소년을 대상으로 한 한식 마케팅 정책 수립 시 일본과 중국 청소년의 한국 식품에 대한 평가와 선호도 차이 등을 감안하여야 한다. 일본 청소년 대상 시장 진출 시는 맛, 향, 외관을 중시하는 상품 개발에 주력하고, 매스컴과 식품 포장, 식당 광고 등 다양한 매체를 통한 홍보가 유용할 것으로 보인다. 반면 중국 청소년을 대상으로 할 경우는 한식의 영양적으로 우수하고 채식 중심의 건강식이라는 점이 부각되어야 하며, 한식당 진출이나 TV 드라마에 노출시켜 간접적으로 광고효과를 얻는 PPL(Products in Placement) 광고 등을 이용하면 영향력을 높일 수 있을 것으로 보인다.

부록 1

한·중·일 설문조사 개요

- 청소년의 식품소비와 식생활 현황을 파악하기 위해 청소년층과 청소년을 둔 가정주부를 대상으로 설문조사함.
- 한국과 일본은 청소년 500명과 가정주부 500명을 설문조사 하였으며, 중국은 각각 200명씩을 대상으로 함.
- 3국에서 동일한 설문 문항에 대해 조사하기 위하여 몇 차례 협의를 거쳤으며, 조사시기도 7~8월로 통일함.
- 조사내용은 각국 청소년의 식생활 및 식품소비 행태, 한국 음식에 대한 인지도, 주부의 식품구매 행태를 중심으로 함.
- 식품소비행태 분석을 위해 교차분석, 요인분석, 척도평가, 순차적프로빗 모형 등 다양한 분석방법이 적용됨.
- 청소년 조사의 경우 표본은 성별, 연령별로 거의 균등하게 배분되었으며, 소득계층별로는 중간계층이 절반 정도를 점하고 고소득계층과 저소득계층이 나머지를 배분하는 형태로 구성됨.
- 주부조사는 청소년 자녀를 둔 가정을 대상으로 하였기 때문에 한국과 일본의 경우 40대의 비중이 높으며, 중국은 30대 비중이 높음. 소득계층별로는 4단계로 대체로 균등하게 배분됨. 취업주부의 비중은 한국과 일본이 절반 정도이며, 중국은 80% 이상임.

표 46. 한·중·일 조사대상 청소년의 특성

단위: %

항 목		한국	일본	중국
성별	남자	51.4	51.4	54.5
	여자	48.6	48.6	45.5
연령별	12~15세(일본은 12~14세)	51.8	46.4	54.5
	16세 이상(일본은 15세 이상)	48.2	53.6	45.5
소득별	저층	37.6	19.4	37.0
	중층	50.2	65.8	54.0
	고층	12.2	14.8	9.0
표본수		500	500	200

표 47. 한·중·일 조사대상 주부의 특성

단위: %

항목	한국	일본	중국
연령별	30대 8.8	30대 13.4	30대 56
	40대 84.8	40대 74.2	40대 39
	50대 6.4	50대 12.4	50대 이상 5
소득별	300만 원 미만 19.4	30만 엔 미만 15.2	3,000위안 미만 24.5
	300만 원대 24.2	30~40만 엔 미만 25	3,000~5,000위안 36.0
	400만 원대 25.8	40~50만 엔 미만 23.6	5,000~10,000위안 22.0
	500만 원 이상 30.6	50만 엔 이상 36.0	10,000위안 이상 17.5
직업별	전업주부 50.2	전업주부 39.6	전업주부 17.5
	취업주부 49.8	취업주부 60.4	취업주부 82.5
표본수	500	500	200

부록 2

한·중·일 주부의 식품구입행태

식료품 구입 장소

- 한국(70.0%)과 중국(53%)에서는 소비자들이 주로 대형할인점에서 식품을 구입하는 반면, 일본에서는 동네슈퍼(69.4%)에서 구입하는 비중이 가장 높았음.
- 식품 구입장소를 선택한 이유로 한국에서는 여러 가지 제품을 한꺼번에 구입할 수 있는 점(32%)이 제시, 일본은 교통의 편리성(47.7%), 중국에서는 품질의 우수성(28.7%)이 제시

표 48. 한·중·일 주부의 주요 식료품 구입 장소

단위: %

구입장소	한국	일본	중국
대형할인점	70.0	16.4	53.0
동네슈퍼	14.8	69.4	10.4
재래시장	9.2	0.0	6.0
백화점 식품코너	2.2	0.6	6.0
농산물직거래	1.4	0.2	20.9
유기농전문점	1.2	0.2	3.6
기타	1.2	13.2	0.0
합계	100	100	100

식료품 구입 기준

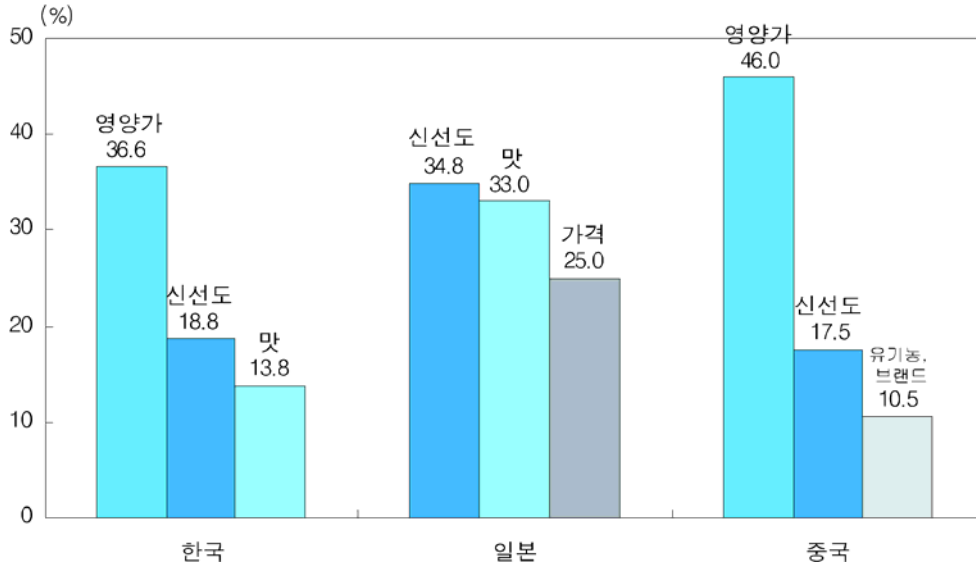
- 한국의 2008조사에서는 미국산 쇠고기 수입을 계기로 2007조사에 비해 원산지 중시경향이 전반적으로 확대된 특징을 보임. 쌀과 육류의 경우 한국에서는 원산지와 안전성을 고려하는 비중이 높았음. 일본과 중국에서는 쌀과 가공식품을 제외한 대부분 품목을 선택 시 신선도를 고려하는 비중이 높게 나타남.
- 청소년층을 위한 간식이나 반찬재료를 구입할 때 한국과 중국에서는 영양가를, 일본에서는 신선도를 가장 우선적으로 고려

표 49. 한·중·일 주부의 주요 식료품 구입 기준

단위: %

품목	한국		일본	중국
	2008	2007		
쌀	원산지 33.8 안전성 17.4	맛 32.0 가격 22.6	가격 34.2 맛 33.6	맛 26.5 원산지 21.5
채소	신선도 63.8 안전성 20.8	신선도 68.5 안전성 18.0	신선도 49.4 가격 23.4	신선도 80.0 안전성 8.0
과일	신선도 39.6 맛 29.8	맛 74.6 안전성 16.3	신선도 37.4 가격 27.0	신선도 73.5 안전성 11.5
육류	원산지 48.4 신선도 29.2	안전성 48.5 원산지 15.5	신선도 35.6 가격 28.8	신선도 68.5 영양가 6.0
가공식품	브랜드 24.2 맛 11.8	브랜드 28.2 유통기한 13.7	가격 38.0 맛 18.8	브랜드 23.5 외관 19.0
수산물	신선도 73.2 원산지 12.2	신선도 81.9 원산지 5.0	신선도 58.4 가격 22.6	신선도 59.0 영양가 10.0
반찬류/반가공냉장식품	신선도 35.0 맛 21.0	구입안함 19.8 유통기한 18.8	가격 31.8 맛 26.8	외관 18.5 브랜드 17.5

그림 48. 한·중·일 주부의 청소년 간식, 반찬재료 구입 기준



식료품 구입 단위 및 형태

- 한국에서는 일본과 중국에 비해 쌀과 육류의 구입단위가 크고, 일본에서는 소규모 및 포장 구입이 많은 것으로 나타남.
 - 쌀: 한국은 20kg 이상(80.4%), 일본(48.0%)과 중국(38.0%)에서는 10kg
 - 육류: 한국은 근(쇠고기와 돼지고기 70.4%)과 마리(닭고기 48.8%) 단위 구입이 많은 반면, 일본과 중국에서는 250~300g 단위 구입
 - 생선: 일본은 포장형태(35.0%), 한국과 중국은 구입처 손질
 - 채소와 과일: 일본은 소포장(70% 수준), 한국은 벌크구입(60% 수준)

표 50. 한·중·일 주부의 주요 식료품 구입 단위

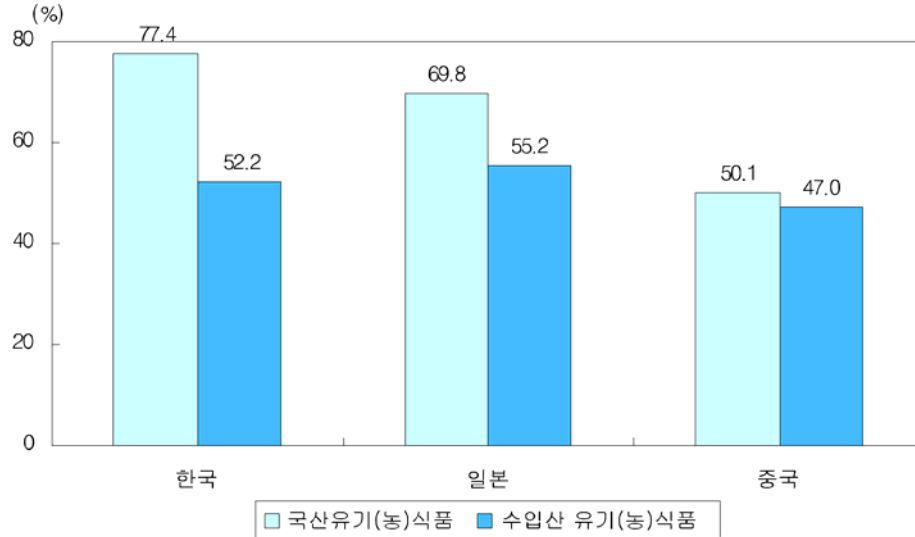
단위: %

품목	한국	일본	중국
쌀	20kg 이상 80.4 10~19kg 15.8	10kg 48.0 5kg 42.4	10kg 38.0 25kg 23.0
쇠고기 돼지고기	600g 70.4 500g 4.6	300g 36.2 500g 26.4	250g 35.0 500g 30.0
닭고기	1마리 통닭 48.8 1마리 절단육 28.8	부위별 97.8 1마리 절단육 1.6	1마리 절단육 60.0 1마리 통닭 27.0
생선	구입처에서 손질 68.6 손질 및 포장 18.4	손질 및 포장 35.0 구입처에서 손질 21.4	구입처에서 손질 50.0 손질하지 않은 형태 37.0
채소	원하는만큼 65.8 묶음/랩포장 33.6	묶음/랩포장 72.8 원하는만큼 22.3	원하는만큼 88.0 묶음/랩포장 9.5
과일	원하는만큼 63.4 묶음/랩포장 24.2	소포장/랩포장 68.0 원하는만큼 26.3	소포장/랩포장 92.5 박스포장 3.5

유기 식품 구입의향

- 국산 유기식품에 대한 구입의향이 한국(77.4%), 일본(69.8%)의 경우 매우 높으며, 중국에서는 절반정도의 비중을 나타냄. 수입산 유기식품에 대한 구입의향은 3국 모두 국내산에 비해 다소 낮은 수준임.
- 건강을 위해 유기농, 저농약, 무공해 제품을 주로 선택하는 품목은 채소 및 과일이 약 40%를 점하며, 다음은 쌀(한국 10.7%, 일본 28.6%)임.

그림 49. 한·중·일 주부의 유기식품 구입의향



식료품의 정보 수집처

- 한국(31.0)과 일본(38.8%) 소비자들은 포장지 표시에서 식품에 대한 정보를 얻는 비중이 높은 반면, 중국에서는 방송(32.4%)으로 나타남. 그 밖에 한국과 일본에서는 주위사람과 방송을 통해, 중국에서는 포장지 표시나 신문 등 광고문구를 통해 식품정보를 얻는 것으로 나타남.

표 51. 한·중·일 주부의 식료품 정보 수집처

단위: %

품목	한국	일본	중국
1순위	포장지 표시나 문구 31.0	포장지 표시나 문구 38.8	방송 32.4
2순위	주위사람 23.0	방송 17.2	포장지 표시나 문구 26.7
3순위	방송 16.6	주위사람 14.1	신문 등 광고문구 17.2

주: 한국은 1순위, 일본과 중국은 복수응답.

외식 빈도 및 이유

- 가족단위 외식 빈도가 많은 순서는 중국, 한국, 일본임. 한국과 일본에서 가족단위 외식을 하는 이유는 맛있는 음식을 즐기기 위해서라는 응답이 많은 반면, 중국은 특별한 날이기 때문에 외식한다는 응답이 많음.
- 한국은 1달에 2~3회가 36.0%, 일본 2~3달에 1회가 33.0%, 중국은 1주에 2~3회가 23.0%

표 52. 한·중·일 주부의 가족과의 외식 이유

단위: %

이유	한국	일본	중국
맛있는 음식을 즐기고	49.4	32.8	12.7
특별한 날이어서	26.6	10.0	28.3
식사준비가 귀찮아서	15.0	18.4	10.4
음식준비 시간이 부족해서	7.2	29.8	21.9
도시락 대신	1.0	4.8	22.3
기타	0.8	4.2	4.4
합계	100	100	100

외식의 문제점

- 외식의 문제점에 대한 인식은 국가별로 차이가 있음. 한국에서는 원료의 품질과 안전성 확인의 어려움(35.8%)과 화학조미료 사용(30.4%)이 우선적으로 지적된 반면, 일본은 비싼 가격(41.7%)이 중국은 식당위생(22.1%)과 원료 안전성(21.7%)이 외식에서 가장 큰 문제점으로 인식되는 것으로 나타남.

표 53. 한·중·일 주부의 외식의 문제점

단위: %

문 제 점	한국	일본	중국
원료의 안전성 확인 어려움	35.8	18.7	21.7
화학조미료 사용	30.4	2.8	12.9
식당위생문제	17.6	6.4	22.1
비싼 가격	12.6	41.7	14.6
영양상 불균형	2.0	12.1	16.7
맛없음	1.0	3.5	11.3
기타	0.6	14.9	0.8
합계	100	100	100

참고 문헌

- 권미화, 이기춘. 1998. “청소년소비자의 소비가치와 관련요인.” 대한가정학회지. 제36권 제8호.
- 권미화, 이기춘. 2000. “청소년소비자의 소비가치에 따른 집단 간 차이에 관한 연구.” 청소년학연구. 제7권 제1호:169-193.
- 권미화, 이기춘. 2000. “청소년소비자의 소비행동의 합리성에 영향을 미치는 요인.” 한국가정관리학회지. 제18권 제2호.
- 김근영 외. 2004. 『청소년 경제교육의 현황과 과제』. 삼성경제연구소.
- 김숙희. 1993. “한국인의 식생활 문화.” 식품영양정보 제4호.
- 김영숙 외. 2005. “청소년의 상징적 소비성향에 관한 연구.” 한국생활과학회지. 제14권 2호.
- 김용자. 2004. “청소년의 건전소비 실태와 영향요인 분석.” 경제교육연구. 제11권 제1권: 221-250.
- 김은숙·고무석·정난희. 2005. 중학생의 식생활 단원에 대한 인식과 활용도에 관한 연구. 한국가정과교육학회지 17(3). pp.53-70.
- 김정은, 여정성. 2001. “청소년 소비자의 음성전화번호서비스 소비실태와 소비자문제 분석.” 소비자학연구. 제12권 제4호.
- 문수재, 이영미 . 1986. “청소년의 식품에 대한 가치 구조의 분석 연구.” 한국식생활문화학회지. 제1권 2호.
- 박선성. 2007. 『서울지역 중학생들의 가공식품에 대한 선호도와 식품·영양표시에 대한 인식도』. 경희대학교 석사논문.
- 박재춘. 2006. 『청소년 패스트푸드 소비와 정부의 영양정책』.
- 손상희. 1997. “소비사회와 청소년 소비문화.” 한국가정관리학회지. 제15권 제4호.
- 양희, 이기춘. 1994. “청소년 소비생활문제에 관한 연구.” 청소년학연구. 제2권 제1호.
- 오영희. 2007 “청소년의 사이버문화와 학습태도, 대인관계 및 소비행동과의 관계 연구.” 청소년문화포럼. Vol.16.
- 오해섭 외. 2006. 『동북아 청소년의 역사인식·국가관 비교연구』. 한국 청소년개발원.
- 원윤희. 1998. “식생활 문화 비교 연구.” 산업경영논총 제3권.
- 윤서석. 1993. “한국 식생활의 통사적 고찰.” 한국 식문화학회지, 제8권 2호.
- 이계임 외. 2007. 『한국인의 식품소비 트렌드 분석』. 한국농촌경제연구원.
- 이명희. 2006. “남녀 청소년 소비자의 생활양식 유형과 의복소비성향.” 복식문화연구. 제4권 제5호.
- 이은희, 남수정. 2004. “소비성향에 따른 청소년 소비자 유형별 소비와 용돈관리 실태 비

- 교.” 한국가정관리학회지. 제22권 4호.
- 장윤옥, 박수경. 2004. “청소년의 환경교육경험과 또래집단이 환경친화적 소비행동에 미치는 영향.” 대한가정학회지. 제42권 11호.
- 조수희, 유현희. 2007. “여고생의 영양지식, 식태도, 식습관 및 식품영양표시에 대한 인식.” 대한지역사회영양학회지. 12(5): 519-533.
- 조아미, 윤철경. 2005. “청소년의 소비생활 실태와 문제, 그리고 시사점.” 여성·가족생활연구. 제9집.
- 조은아, 김미숙. 2004. “청소년의 과소비성향에 따른 수입명품 및 유명브랜드 의류제품에 대한 태도 및 구매행동.” 한국의류학회. 제28권 1호.
- 조혜영, 김선아. 2003. 「청소년 생활문화와 소비에 관한 연구」. 한국 청소년개발원.
- 차민아. 1998. “한국 식생활문화의 구조적 특징에 관한 연구.” 경기관광연구 제2권 2호.
- 최순중. 2004. “ 청소년 소비 연구를 위한 이론적, 방법론적 모색.” 청소년학연구. 제11권 3호.
- 한국소비자보호원. 2005. 「청소년 가공식품 섭취 안전실태 조사」. 식의약안전팀.
- 허경옥. 2001. “연령에 따른 소비자 집단별 소비자의식 및 정보탐색·활용과 소비행동 분석.” 소비자학연구. 제12권 제4호.
- 홍은실. 2005. “중·고·대학생의 돈에 대한 태도와 소비행동에 관한 연구.” 한국가정관리학회지. 제23권 5호.
- 홍은실. 2006. “청소년의 재정적 태도와 소비행동 및 재정만족도.” 한국가정관리학회지. 제24권 2호.
- 황혜자. 2003. “청소년 소비문화에 관한 조사연구.” 지방교육경영. 제8권: 211-232.
- F. Gale, 唐平. 2006. “對中國農村食品消費商品化問題的探討.” 中國農村經濟 4.
- 俞菊生, 王勇. 2006. “上海市民食品消費結構和蔬菜購買行為分析.” 上海農業學報 3.
- Kwanghyun Jho. 1999. “Econometric Analysis on Factors of Food Demand in the Household: Comparative Study between Korean and Japan.” Vol. 14. No.4.
- 茂野隆一. 2007. “食料消費パターンの変化とその要因”. 「消費行動とフードシステムの新展開」. 農林統計協會.
- ガンガ伸子. 2006. “わが國における1990年以降の消費生活構造の特徴: AIDSによる分析.” 日本家政學會誌 第57권 33호.
- 時子山ひろみ. 1999. 「フードシステムの經濟分析」. 日本評論社.
- 森宏. 2001. 「食料消費のコウホート分析」. 専修大學.
- 石橋喜美子. 2006. 「家計における食料消費構造の解明-年齢階層別および世帯類型別アプローチによる-」. 中央農業總合研究センタ.
- 豊川・安村. 2001. 「食生活の変化とフードシステム」. 農林統計協會.
- 上岡美保. 2006. “わが國の食生活の現状と食育の意義に關する研究: 福島縣河沼郡會津坂下

- 町を事例として,” 農林業問題研究 제42권 3호.
- 上岡美保. 2005. “日本の食生活を構造的に分析する.”(特集 どこへ向かう日本の食生活-食育基本法の船出). 農業と経済 제71권 12호.
- 戸田博愛. 2001. 「食文化の形成と農業: 日歐中韓のばあい」. 農山漁村文化協會.
- 廣政幸生. 2007. “若年者のファーストフード選擇行動”. 「消費行動とフードシステムの新展開」. 農林統計協會.
- 氏家清和. 2006. 「食品安全問題による個別消費者選好の変化: Latent class modelによる非集計パネル分析」. 農業經濟研究. 別冊. 日本農業經濟學會.
- 王恩胡, 楊選留. 2007. “我國城鄉居民食品消費結構演進及發展趨勢.” 消費經濟 4.
- 王恩胡, 李錄堂. 2007. “中國食品消費結構的演進與發展戰略.” 中國農村觀察 2.
- 周靜, 馬李. 2007. “遼寧省綠色食品消費狀況實證分析.” 沈陽農業大學學報(社會科學版) 2.
- 王兆鋒, 俞紅. 2007. “消費者綠色食品消費行為的實證研究.” 安徽農業科學 10.
- 孟菲. 2007. “食品安全的消費特征分析.” 消費經濟 1.
- 周靜, 周虹. 2007. “綠色食品消費影響因素分析—基于對遼寧省的調查.” 商場現代化 1.
- 王吉春. 2006. “我國城鎮居民食品消費偏好的實證研究.” 中國市場 52.
- 朱高林. 2006a. “中國城鎮居民食品消費結構的基本趨勢探析.” 現代經濟探討 11.
- 朱高林. 2006b. “我國城鄉居民食品消費差距分析.” 華南農業大學學報(社會科學版) 4.
- 董國新. 2006. “21世紀我國沿海地區城鎮居民食品消費需求分析.” 農機化研究 12.
- 郝凱. 2006. “北京市城市居民食品消費分析.” 商場現代化 13.
- 孫艷華. 2006. “消費合作社—我國農村食品安全保障機制之創新.” 農村經濟 4.
- 戴迎春, 朱彬. 2006. “消費者對食品安全的選擇意願—以南京市有機蔬菜消費行為為例.” 南京農業大學學報(社會科學版) 1.
- 孫艷華, 劉湘輝. 2005. “我國農村食品質量安全保障機制探微—基于消費合作社的視角.” 經濟前沿 11.
- 朱品, 鍾甫寧. 2005. “我國農村居民食品消費的地區差距及政策選擇.” 農村經濟 2.
- 段少翔. 2004. “兒童食品消費的十大誤區.” 福建質量信息 11.
- 楊海瑩. 2002. “兒童食品消費心理與營銷.” 山東食品科技 11.
- 史可, 王元. 2001. “兒童食品消費心理和行為狀況調查.” 中國食品 11.
- 陳彤旭, 孫琚, 張超, 巫嫻. 2006. “傳播與大學生食品消費.” 中國青年政治學院學報 25(1).
- 張大英. 2004. “大學生月食品消費函數分析.” 遼寧工學院學報(自然科學版) 1.
- 黃發友, 陳沙麥. 2003. “對當前大學生消費狀況的調查分析與思考.” 統計与信息論壇 5.
- 任翔. 2001. “大學生消費狀況調查分析.” 統計与信息論壇 1.
- 翟鳳英等. 2005. “中國城鄉居民膳食營養攝入狀況及變化趨勢” 『營養學報』 27卷第3期.
- 翟鳳英·楊曉光. 2006. 「2002膳食与營養素攝入狀況-中國居民營養与健康狀況調查報告之二」. 人民衛生出版社.

정책연구보고 P104

한·중·일 청소년의 식품소비 비교분석

등 록 제6-0007호(1979. 5. 25)
인 쇄 2008. 12.
발 행 2008. 12.
발행인 오세익
발행처 한국농촌경제연구원
130-710 서울특별시 동대문구 회기동 4-102
02-3299-4000 <http://www.krei.re.kr>
인 쇄 (주)문원사
02-739-3911~5 E-mail: munwonsa@chol.com

- 이 책에 실린 내용은 한국농촌경제연구원의 공식 견해와 반드시 일치하는 것은 아닙니다.
 - 이 책에 실린 내용은 출처를 명시하면 자유롭게 인용할 수 있습니다. 무단 전재하거나 복사하면 법에 저촉됩니다.
-