

대학생의 식생활 라이프스타일에 따른 음료 섭취 실태 분석

김 효 정¹ · 김 미 라^{2*}

¹인제대학교 생활상담복지학부, 인간환경복지연구소, ²경북대학교 식품영양학과

Intake Behavior Regarding Beverages according to Dietary Lifestyles of University Students

Hyo chung Kim¹ and Meera Kim^{2*}

¹Dept. of Human Counseling & Welfare, The Institute of Human Environmental Welfare, Inje University, Gimhae 621-749, Korea

²Dept. of Food Science & Nutrition, Kyungpook National University, Daegu 702-701, Korea

ABSTRACT

The purpose of this study was to categorize dietary lifestyles and analyze intake behavior regarding beverages according to lifestyles of 276 university students in Yeungnam region. Frequency analysis, factor analysis, cluster analysis, reliability analysis, one-way analysis of variance, and χ^2 tests were conducted using SPSS V.21.0. In the factor analysis, dietary lifestyles were categorized into one of five factors: health-seeking type, popularity-seeking type, safety-seeking type, economy-seeking type and convenience-seeking type. According to cluster analysis, respondents were divided into four groups: convenience-seeking group, wellbeing-seeking group, popularity-seeking group, and indifference group. Chi-square tests showed that there were significant differences in gender, grade, dwelling status, and monthly allowance according to the four dietary lifestyle groups. The level of dietary habits and percentage of correct answers related to beverages of the wellbeing-seeking group were highest among the four groups. The frequency of beverage intake was significantly different for carbonated drinks, milk and dairy products, and sport drinks according to dietary lifestyle groups. In addition, for beverage preference, there were significant differences in carbonated drinks, sport drinks, tea and functional drinks according to dietary lifestyle groups.

Key words: University students, dietary lifestyles, beverages, intake behavior

서 론

일반적으로 음료란 ‘사람이 갈증을 느끼거나 마시고 싶을 때 찾는 식품(Chae SJ 2011)’이라고 할 수 있다. 그러나 최근에는 음료가 단지 생리적 욕구를 충족시키기 위한 기능뿐만 아니라, 심리적 위안, 원활한 분위기를 조성 등 다양한 기능을 갖춘 기호식품(Park MR 1999)으로 받아들여지고 있다. 최근에는 생활 수준의 향상 및 소득의 증가, 그리고 식생활 환경의 변화로 음료시장에도 큰 변화가 일어나고 있다. 식생활의 서구화, 패스트푸드의 확산으로 인해 카페인 음료 및 탄산음료 등의 소비량이 증가하는 경향이 지속되었으나, 최근에는 건강지향적인 트렌드가 나타남에 따라 저칼로리 음료나 건강에 중요한 역할을 하는 영양소를 첨가한 기능성 음료 시장의 규모가 커지고 있다. 또한 다이어트에 대한 관심이 증가하면서 차(茶) 음료 섭취가 늘어가고, 수험생이나 피로회복

을 위한 에너지 음료 시장도 급성장하고 있다.

이렇듯 음료 소비가 다양하게 이루어지고 있음에도 불구하고, 음료 소비와 관련된 선행연구들은 성별, 나이, 학력 등 인구통계학적 특성에 따른 음료 소비 실태나 음료 선택 결정 요인(Ko SM 2012; Kim MK 2008; Jang YJ 2013; Lee MY 2013)을 살펴본 것들이 대부분이다. 그러나 급변하는 사회에서 소비자의 행동이 다양화, 개성화되어감에 따라 소비 행동을 연구하는데 있어서 인구통계학적 변수들을 이용한 분석만으로는 소비자들의 다양한 행동을 파악하는데 한계가 있는 것으로 지적되고 있어(Park SY 1996), 소비자의 특성을 보다 구체적이고 심층적으로 설명해 줄 수 있는 방법으로 라이프스타일에 의한 분석이 활용되고 있다.

라이프스타일이란 ‘사람들이 살아가는 방식으로 생활의 유형, 양식 또는 방법으로 행동과 의식을 연합한 생활양식(Chae SI 1992)’으로 정의되고 있다. 즉, 라이프스타일은 소비자의 태도, 가치관 등과 밀접한 관련이 있고, 다양한 취향과 기호가 반영되기 때문에 라이프스타일 분석을 통해 소비자들의 구매 및 소비행동을 보다 효율적으로 살펴볼 수 있

*Corresponding author : Meera Kim, Tel: +82-53-950-6233, Fax: +82-53-950-6229, E-mail: meerak@knu.ac.kr

고, 특정소비자 집단들의 특성을 파악할 수 있다(Chang MK 2008). 특히 최근에는 식생활 개선을 통한 삶의 질 향상에 대한 관심이 높아지면서 식생활 라이프스타일에 대한 분석이 수행되고 있다(Hur *et al* 2006). 따라서 음료 소비 실태도 식생활 라이프스타일 분석을 활용함으로써 보다 체계적으로 파악할 수 있을 것이다.

음료 소비 실태와 관련된 선행연구들을 보면 탄산음료(Choi EN 2013), 전통음료(Hwang & Kim 2006; Shin & Chung 2007), 커피(Kim SM 2009b; Shin & Chung 2007), 스포츠 음료(Lee JS 2007) 등 특정 음료만을 대상으로 하고 있어, 한 개인이 섭취하는 다양한 종류의 음료 소비 실태에 관한 연구는 미미한 실정이다. 대학생 시절은 학교 급식을 하는 고등학교 시절과는 달리 획일적인 식생활에서 벗어나 자신이 음식을 자유롭게 선택할 수 있어 본인만의 새로운 식습관이 형성될 수 있는 시기로서, 성인기의 식생활이 정착되는 시기이다. 그러나 대학생 시기는 상대적으로 트렌드에 민감하여 뚜렷한 집단특성을 보이는 시기(Moon & Joung 2008)이기도 하다. 따라서 본 연구에서는 대학생들을 대상으로 식생활 라이프스타일을 유형화하고, 이에 따른 음료 섭취 성향을 분석하며, 식생활 라이프스타일 별 음료 섭취 성향의 차이를 고찰하여 대학생들의 올바른 음료 섭취를 통한 좋은 식습관 형성에 도움을 주고자 한다.

연구방법

1. 조사대상 및 조사기간

본 연구의 자료는 영남지역에 재학 중인 대학생을 대상으로 하여 수집되었다. 대학생 30명을 대상으로 예비조사를 실시하여 설문내용을 수정, 보완하였으며, 본 조사는 2014년 12월에 편의표집을 통해 설문지를 통한 자기기입식 방법으로 실시되었다. 총 290부의 설문지를 배부하여 모두 회수하였으며, 이 중 불성실하게 기재된 14부를 제외한 총 276부가 최종 분석에 사용되었다.

2. 조사내용 및 방법

본 연구의 설문지는 Seung HS(2005), Sul *et al*(2007), Kim & Kim(2009), Kim SM(2009a), Lee MY(2013) 등의 선행연구를 토대로 하여 본 연구 목적에 맞게 수정, 보완하여 구성하였다. 설문지는 조사대상자의 성별, 학년, 거주상태, 월평균 용돈 등 일반적인 특성에 관한 문항과 식생활 라이프스타일, 식습관, 음료에 대한 지식, 음료 섭취 실태, 음료 기호도에 관한 문항들로 구성되었다.

식생활 라이프스타일은 ‘유기농이나 웰빙 음식에 대해서 관심이 많다’, ‘음식을 먹을 때 맛보다는 영양이나 건강을 고

려하는 편이다’ 등 20개 문항으로 구성되었다. 식습관은 ‘우유나 두유, 기타 유제품(요구르트, 치즈 등)을 매일 1병 또는 1개 이상 섭취한다’, ‘육류, 생선, 달걀, 콩, 두부 등으로 된 음식을 매일 3회 이상 먹는다’ 등 10개 문항으로 구성되었다. 식생활 라이프스타일과 식습관은 각각의 문항에 대하여 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점부터 ‘매우 그렇다’ 5점까지 Likert 척도를 통해 측정하였다. 음료에 대한 지식 수준은 ‘당 함량이 많은 탄산음료의 섭취는 당뇨병을 유발할 수 있다’, ‘탄산음료는 음식의 소화, 흡수에 도움을 준다’ 등 총 19개 문항으로 구성되었다. 각 문항에 대해 ‘그렇다’, ‘아니다’, ‘잘 모르겠다’에 응답하도록 하였고, 정답은 100점, 오답 및 잘 모르겠다는 0점 처리를 한 후, 전체 문항에 대한 평균을 구하였다. 음료 섭취 실태는 탄산음료, 우유 및 유제품, 스포츠 음료, 과일·채소 음료, 카페인 음료, 전통음료, 차류, 기능성 음료 각각에 대해 ‘1일 1회 이상’, ‘1주 4~6회’, ‘1주 1~3회’, ‘거의 안 마심’ 중 택일하도록 하였다. 그리고 음료 선호도는 각각의 음료에 대해 ‘매우 싫어한다’ 1점부터 ‘매우 좋아한다’ 5점까지 Likert 척도를 통해 측정하였다.

3. 자료분석

설문지를 통해 수집된 자료는 SPSS Windows(version 21.0, SPSS Inc., Chicago, IL, USA) 프로그램을 이용하여 분석하였다. 조사대상자의 일반적인 특성 및 모든 문항에 대하여 빈도분석을 실시하였고, 조사대상자의 식생활 라이프스타일을 유형화하기 위하여 요인분석을 실시하였다. 분석기법은 고유값(eigen value)이 1 이상인 요인을 추출하도록 주성분분석(principal component analysis)에 의한 배리맥스 회전(varimax rotation) 방법을 이용하였으며, 타당도를 높이기 위해 요인적재량(factor loadings)이 0.50 이상인 것을 기준으로 하였다. 그리고 식생활 라이프스타일의 요인분석을 통해 나타난 각 요인 문항들의 신뢰도 분석을 위하여 Cronbach's α 값을 구하였다. 또한 식생활 라이프스타일의 요인분석을 통하여 추출된 요인점수를 바탕으로 K-Means 군집분석(cluster analysis)을 실시하여 식생활 라이프스타일의 군집을 분류하였으며, 집단별 요인점수 평균값인 군집의 중심점을 통하여 각 군집의 특성 차이가 있는지 알아보기 위하여 일원분산분석(one-way analysis of variance)을 실시하였다. 한편, 식생활 라이프스타일 군집별 인구통계학적 특성 및 음료 섭취 빈도 차이를 분석하기 위하여 χ^2 검증을 하였으며, 식생활 라이프스타일에 따른 식습관, 음료 관련 지식 정답률 및 음료 선호도 차이를 살펴보기 위하여 일원분산분석을 실시하였다.

결과 및 고찰

1. 조사대상자의 일반적인 특성

Table 1에 제시된 바와 같이, 성별로는 남학생이 38.4%, 여학생이 61.6%이었으며, 학년별로는 2학년 30.4%, 3학년 26.1%, 1학년 17.7%, 4학년 6.5%이었다. 거주상태를 살펴보면 응답자의 48.9%가 부모와 함께 거주하였고, 월평균 용돈은 300,000원~400,000원 미만 34.1%, 400,000~500,000원 미만 23.9%, 500,000원 이상 21.0% 순이었다.

2. 식생활 라이프스타일의 유형화

조사대상자의 식생활 라이프스타일을 유형화하기 위하여 먼저 요인분석을 실시하였으며, 그 결과는 Table 2와 같이 총 20개 문항 중 각 요인 간에 유사한 교차적재가 되는 4개의 문항을 제외한 16개 문항에 대해 총 5개 요인이 도출되었다. 이들 전체 5개 요인이 설명하는 총 분산의 설명력(cumulative variance)은 63.0%이었다.

요인 1은 ‘건강식품, 자연식품, 유기농식품 등을 자주 이용한다’, ‘건강을 위해 음식을 가려 먹는다’ 등 4개의 문항으로 구성되어 건강추구형이라고 명명하였으며, 이 요인은 전체 분산의 19.7%를 설명하였다. 요인 2는 ‘새로운 음식을 먹어보는 것을 좋아한다’, ‘음식의 유행을 빨리 받아들이는 편이다’ 등 4문항으로 구성되어 유행추구형으로 명명하였는데, 이 요인의 분산 설명력은 13.5%이었다. 요인 3은 ‘식료품을 살 때 유통기간을 확인한다’, ‘식료품을 살 때 식품첨가물을

확인한다’ 등 3문항으로 구성되어 안전추구형으로 명명하였으며, 이 요인은 전체 분산의 11.8%를 설명하는 것으로 나타났다. 요인 4는 ‘식료품 구매 시 여러 가게나 물건을 두루 보고 비교한 후 구입한다’, ‘할인하는 식료품을 우선 구매한다’ 등 3문항으로 구성되어 경제성 추구형으로 명명하였는데, 이 요인은 전체 분산의 9.2%를 설명하였다. 요인 5는 ‘인스턴트 식품을 자주 먹는 편이다’, ‘바쁠 때는 빵, 우유 등으로 식사를 해결한다’의 2개 문항으로 구성되어 편의추구형으로 명명하였고, 이 요인의 분산 설명력은 8.9%이었다. 이들 각 요인에 대한 신뢰도는 Cronbach's α 계수가 모두 0.60 이상으로 신뢰할만한 수준이었다.

요인분석을 통하여 추출된 각 요인 점수를 바탕으로 K-Means 군집분석을 실시한 결과는 Table 3과 같이 조사대상자의 식생활 라이프스타일을 4개의 집단으로 분류하는 것이 바람직한 것으로 판단되었다. 집단별 요인점수 평균값인 군집의 중심점을 통하여 각 군집의 특성을 살펴보면 군집 1은 편의추구형에서 다른 군집에 비해 높은 점수를 보이고 있어 ‘편의추구 집단’으로 명명하였으며, 전체 응답자 중 86명이 해당되었다. 군집 2는 70명으로 구성되었으며, 건강추구형, 안전추구형, 경제성 추구형에서 다른 군집에 비해 높은 점수를 보이고 있어 ‘웰빙추구 집단’으로 명명하였다. 군집 3은 다른 군집에 비해 유행추구형에서 높은 점수를 보이고 있어 ‘유행추구 집단’으로 명명하였고, 전체 응답자의 49명이 이 군집에 해당되었다. 군집 4는 전체 응답자 중 71명이 속하였는데, 건강추구형, 안전추구형에서는 중간 정도의 값을 보이고, 유행추구형, 경제성 추구형, 편의추구형에서는 부(-)의 값을 보이고 있어 ‘무관심 집단’이라고 명명하였다.

식생활 라이프스타일에 따른 선행연구를 살펴보면, 성인을 대상으로 라이프스타일에 따른 커피 소비 행동 연구(Chae SJ 2011)에서는 요인분석을 통해 식생활 라이프스타일이 간편·편의추구형, 건강추구형, 외식추구형, 미식·미각추구형, 유행추구형, 경제추구형, 안전추구형, 여흥추구형, 사회성 추구형의 9개 요인이 추출되었으며, 이를 토대로 적극적 생활 추구 집단, 편의추구 집단, 식생활 무관심 집단의 3개의 군집으로 분류하여 라이프스타일 요인 분류 및 군집 분류가 본 연구와 일부 비슷한 경향을 보이고 있었다. 또한 주부들의 식생활 라이프스타일에 따른 고추장 소비 형태를 분석한 Kim & Kim(2009)의 연구에서도 식생활 라이프스타일 군집 분석 결과, 안전추구 집단, 편의추구 집단, 건강추구 집단, 유행추구 집단, 미각추구 집단의 5개 군집이 도출되어 본 연구에서 도출된 군집 형태와 유사하였다.

3. 식생활 라이프스타일 군집별 인구통계학적 특성 조사대상자의 식생활 라이프스타일 군집별 인구통계학적

Table 1. Sociodemographic characteristics of the respondents (N=276)

Variable	Category	Frequency	%
Gender	Male	106	38.4
	Female	170	61.6
Grade	Freshman	84	17.7
	Sophomore	102	30.4
	Junior	72	26.1
	Senior	18	6.5
Dwelling status	Living with parent(s)	135	48.9
	Dormitory/boarding house/rented room	141	51.1
Monthly allowance (won)	<200,000	14	5.1
	200,000~<300,000	44	15.9
	300,000~<400,000	94	34.1
	400,000~<500,000	66	23.9
	≥500,000	58	21.0

Table 2. Result of factor analysis for dietary lifestyles

Factor	Item	Factor loadings	Eigen value	Variance (%)	Cumulative variance (%)	Cronbach's α
Health-seeking type	I use healthy foods, natural foods, or organic foods frequently.	0.79	3.15	19.7	19.7	0.85
	I sort and then eat foods for health.	0.79				
	I am interested in organic foods or wellbeing foods.	0.82				
	I tend to consider rather nutrition and health than taste when eating foods.	0.84				
Popularity-seeking type	I like to try to eat new foods.	0.76	2.15	13.5	33.2	0.68
	I tend to accept trend of foods easily.	0.67				
	I tend to buy new foods looking delicious.	0.67				
	I make an effort to eat the foods that have ever been heard around.	0.74				
Safety-seeking type	I check the expiration date when buying foods.	0.67	1.88	11.8	44.9	0.72
	I check food additives when buying foods.	0.72				
	I check the ingredients of foods when buying foods.	0.79				
Economy-seeking type	I buy foods after comparing stores or products.	0.73	1.48	9.2	54.2	0.62
	I tend to buy foods on sale first.	0.67				
	I make a list before food shopping.	0.64				
Convenience-seeking type	I tend to eat instant foods frequently.	0.64	1.42	8.9	63.0	0.64
	I take bread or milk when being busy.	0.82				

Table 3. Result of cluster analysis for dietary lifestyles

	Cluster 1: Convenience-seeking group (N=86)	Cluster 2: Wellbeing-seeking group (N=70)	Cluster 3: Popularity-seeking group (N=49)	Cluster 4: Indifference group (N=71)	F value
Health-seeking type	-0.30	0.45	-0.26	0.10	9.30***
Popularity-seeking type	-0.41	0.25	0.53	-0.12	12.64***
Safety-seeking type	0.21	0.45	-1.38	0.25	66.40***
Economy-seeking type	0.38	0.74	-0.06	-1.15	100.46***
Convenience-seeking type	0.92	-0.77	-0.07	-0.30	70.62***

*** $p < 0.001$.

특성 차이를 살펴보기 위하여 χ^2 분석을 실시한 결과, 성별 ($p < 0.05$), 학년 ($p < 0.01$), 거주형태 ($p < 0.01$), 월평균 용돈 ($p < 0.05$)에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다(Table 4). 성별은 편의추구 집단과 웰빙추구 집단에서 남학생에 비해 여학생의 비율이 매우 높았다. 학년별로는 편의추구 집단, 웰빙추구 집단, 무관심 집단은 2학년의 비율이 높았으나, 유행추구 집단에서는 1학년의 비율이 높았다. Myung *et al*(2007)의 연

구에서도 대학생들의 웰빙에 대한 의식을 살펴본 결과, 여학생이 남학생보다 웰빙에 대한 태도를 많이 보이는 것으로 나타나 본 연구결과와 유사하였으며, 1학년의 경우 다른 학년에 비해 연령이 낮아 유행에 좀 더 민감한 것으로 보인다. 그리고 거주형태별로는 편의추구 집단과 유행추구 집단의 경우 기숙사/하숙/자취 비율이 부모님과 함께 거주하는 비율보다 높게 나타났다. 이는 부모님과 함께 사는 경우보다 혼자

Table 4. Sociodemographic characteristics according to dietary lifestyle groups

N(%)

Variable	Category	Cluster 1: Convenience- seeking group (N=86)	Cluster 2: Wellbeing- seeking group (N=70)	Cluster 3: Popularity- seeking group (N=49)	Cluster 4: Indifference group (N=71)	Total	χ^2 value
Gender	Male	23(26.7)	26(37.1)	23(46.9)	34(47.9)	106(38.4)	9.20*
	Female	63(73.3)	44(62.9)	26(53.1)	37(52.1)	170(61.6)	
Grade	Freshman	19(22.1)	18(25.7)	29(59.2)	18(25.4)	84(30.4)	26.05**
	Sophomore	38(44.2)	25(35.7)	11(22.4)	28(39.4)	102(37.0)	
	Junior	24(27.9)	22(31.4)	8(16.3)	18(25.4)	72(26.1)	
	Senior	5(5.8)	5(7.1)	1(2.0)	7(9.9)	18(6.5)	
Dwelling status	Living with parent(s)	29(33.7)	41(58.6)	21(42.9)	44(62.0)	135(48.9)	16.12**
	Dormitory/boarding house/rented room	57(66.3)	29(41.4)	28(57.1)	27(38.0)	141(51.1)	
Monthly allowance (won)	<200,000	6(7.0)	5(7.1)	0(0.0)	3(4.2)	14(5.1)	22.62*
	200,000~<300,000	14(16.3)	18(25.7)	5(10.2)	7(9.9)	44(15.9)	
	300,000~<400,000	37(43.0)	20(28.6)	15(30.6)	22(31.0)	94(34.1)	
	400,000~<500,000	16(18.6)	11(15.7)	17(34.7)	22(31.0)	66(23.9)	
	≥500,000	13(15.1)	16(22.9)	12(24.5)	17(23.9)	58(21.0)	
Total		86(100.0)	70(100.0)	49(100.0)	71(100.0)	276(100.0)	

* $p<0.05$, ** $p<0.01$.

사는 경우 스스로 식생활을 해결해야 하기 때문에 가정에서 부모님과 함께 있을 때보다 좀 더 간편하게 식생활을 하려는 경향이 높으며, 가정에서 그동안 지켜왔던 전통적인 식생활 태도에서 벗어나 새로운 식생활에 보다 자유롭게 접할 수 있기 때문으로 보인다. 한편, 편의추구형 집단과 웰빙추구형 집단은 월평균 용돈이 300,000~400,000원 미만의 비율이 가장 높았고, 유행추구형 집단은 400,000~500,000원 미만의 비율이 가장 높았다.

4. 식생활 라이프스타일 군집별 식습관 특성

총 10개의 문항으로 구성된 식습관의 전체 응답자 평균은 3.07점으로 보통 정도의 수준인 것으로 나타났다(Table 5). 한편, 식생활 라이프스타일 군집별로 살펴본 결과, 통계적으로 유의한 차이가 있어 웰빙추구 집단의 평균이 3.45점으로 가장 높았고, 편의추구 집단의 평균이 2.84점으로 가장 낮아 ($p<0.001$), 웰빙추구 집단처럼 식생활 라이프스타일에 있어서 건강한 삶을 추구하는 경우 상대적으로 다른 집단에 비해 좋은 식습관을 가지고 있는 것으로 나타났다. 한편, 편의추구 집단의 식습관 평균 점수가 낮은 것은 편의추구 집단은 식생활에서도 편리하고 간편한 것을 추구하는 경향이 높기 때문

에 건강을 위해 섭취해야 하는 음식이나 피해야 할 음식에 대해 일일이 신경 쓰지 않고 있어 전체적으로 식습관의 양호도가 낮아진 것으로 보인다.

문항별로는 ‘육류, 생선, 달걀, 콩, 두부 등으로 된 음식을 매일 3회 이상 먹는다’, ‘젓갈, 장아찌, 자반을 매일 먹는다’ 등 2개 문항을 제외한 8개 문항에서 군집별로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 즉, 웰빙추구 집단은 ‘김치 이외의 채소를 식사할 때마다 먹는다’, ‘과일이나 과일주스를 매일 먹는다’, ‘튀김이나 볶음 요리를 2일에 1회 이상 먹는다(역코딩)’, ‘아이스크림, 케이크, 과자, 음료수(커피, 콜라 등) 중 1가지를 매일 먹는다(역코딩)’, ‘식사는 매일 세끼를 규칙적으로 한다’, ‘편식하지 않고 모든 식품을 골고루 섭취하는 편이다’의 6문항에서 가장 높은 평균을 보여 다른 집단에 비해 건강에 좋은 식품을 자주 먹고, 건강에 좋지 않은 식품은 피하는 좋은 식습관을 유지하고 있는 것으로 나타났다. 이 외에도 웰빙추구 집단은 ‘우유나 두유, 기타 유제품을 매일 1병 또는 1개 이상 섭취한다’, ‘지방이 많은 육류를 3일에 1회 이상 먹는다(역코딩)’ 문항의 평균도 무관심 집단과 함께 다른 집단에 비해 높아 전체적으로 식습관에 대한 평균이 높게 나타났다. 이에 비해 편의추구 집단은 ‘튀김이나 볶음 요리

Table 5. Dietary habits according to dietary lifestyle groups

Mean±S.D.¹⁾

Item	Cluster 1: Convenience -seeking group (N=86)	Cluster 2: Wellbeing -seeking group (N=70)	Cluster 3: Popularity -seeking group (N=49)	Cluster 4: Indifference group (N=71)	Total	F value
I take milk, soy milk or milk products (yogurt or cheese) one bottle or more everyday.	2.84±1.16 ^b	3.46±1.29 ^a	2.98±1.30 ^b	3.13±1.16 ^a	3.09±1.24	3.51*
I eat foods such meats, fish, eggs, beans, and tofu three times or more everyday.	3.06±0.95	3.37±0.84	2.96±1.00	3.11±1.05	3.13±0.96	2.17
I eat vegetables besides <i>kimchi</i> every meal.	2.92±0.96 ^b	3.47±0.94 ^a	3.10±1.07 ^b	3.18±1.00 ^{ab}	3.16±1.00	4.11**
I eat fruits or fruit juice everyday.	2.59±1.21 ^b	3.03±1.17 ^a	2.43±1.06 ^b	2.82±1.07 ^{ab}	2.73±1.15	3.30*
I eat deep- or stir-fried foods once or more every other day [†] .	2.52±0.88 ^c	3.41±1.03 ^a	3.04±1.04 ^b	2.73±0.88 ^{bc}	2.89±1.01	12.50***
I eat fatty meats (pork belly, rib, eel etc.) once or more tridaily [†] .	2.71±0.96 ^b	3.37±1.07 ^a	2.63±1.15 ^b	3.10±1.00 ^a	2.96±1.07	7.47***
I eat salted seafoods, pickled vegetables, or salted dry fish everyday [†] .	3.97±0.89	4.09±0.88	3.94±1.07	3.86±0.78	3.96±0.89	0.77
I eat ice cream, cake, cookies, or drinks (coffee, cola, etc.) everyday [†] .	2.58±1.09 ^b	3.51±1.26 ^a	2.67±1.13 ^b	2.97±1.33 ^b	2.93±1.25	8.65***
I regularly take three meals a day.	2.12±1.03 ^b	2.80±1.30 ^a	2.24±1.18 ^b	2.38±0.90 ^b	2.38±1.13	5.25**
I have a balanced diet.	3.10±1.15 ^c	3.99±0.92 ^a	3.39±1.17 ^{bc}	3.52±1.09 ^b	3.49±1.13	8.64***
Total	2.84±0.42 ^c	3.45±0.49 ^a	2.94±0.44 ^{bc}	3.08±0.47 ^b	3.07±0.51	25.14***

* $p<0.05$, ** $p<0.01$, *** $p<0.001$.^{a-c} means in the same column with different superscripts are significantly different by the result of Duncan's multiple range test.¹⁾ Rated with a 5-point Likert scale; 1=never, 5=highly.[†] Recoded.

를 2일에 1회 이상 먹는다(역코딩)와 '편식하지 않고 모든 식품을 골고루 섭취하는 편이다' 문항에서 가장 낮은 평균을 보여 식습관이 양호하지 않은 것으로 나타났다.

5. 식생활 라이프스타일 군집별 음료에 관한 지식 수준

총 19개 문항에 대한 전체 응답자의 음료에 관한 지식 정답률은 65.5%이었는데, '탄산음료는 치아를 부식시킨다'의 정답률이 96.7%로 가장 높았고, '녹차 음료는 미생물 번식이 쉽게 일어난다'의 정답률은 20.7%로 가장 낮았다(Table 6). 탄산음료와 같은 산성 음료가 치아에 계속 노출되면 치아 표면을 보호하는 법랑질이 벗겨지고, 충치나 잇몸 질환이 더 심해질 수 있으나, 이에 대한 인지도는 대체로 낮았다(<http://www.hidoc.co.kr>). 한편, 호주 애들레이드대학 연구팀에 의하면 탄산음료와 같은 강한 산성 음료는 치아의 에나멜에 영구적인 손상을 입혀 아동의 치아에 영구적인 손상을 입힌다고 보고되었는데(<http://news.jtbc.joins.com>), 이러한 사실들이 언론을 통해 보도됨으로써 탄산음료가 치아 건강에 미치는 부정적인 영향에 대해서는 응답자들이 많이 알고 있는 것으로

보였다.

식생활 라이프스타일 군집별 음료에 관한 지식 정답률을 살펴보면 총 19개 문항 전체에 대해 웰빙추구 집단의 평균이 71.3%로, 편의추구 집단, 유행추구 집단, 무관심 집단에 비해 지식 수준이 가장 높은 것으로 나타났다($p<0.01$). 이는 웰빙추구 집단은 피상적으로만 웰빙을 추구하는 것이 아니라 실제 건강과 관련된 음료에 관한 지식도 많이 알고 있음을 보여주는 것으로, 앞서 식생활 라이프스타일 군집별 식습관 분석에서 웰빙추구 집단의 식습관 평균이 다른 집단에 비해 높게 나온 결과와 연관 지어 볼 때 웰빙추구 집단은 본인이 알고 있는 지식을 바탕으로 올바른 식생활을 영위하고 있는 것으로 보인다. 문항 중 '홍차와 같은 발효차를 섭취하면 빈혈을 유발할 수 있다', '카페인은 성장 발육에 중요한 요소인 칼슘의 섭취를 도와 성장에 도움을 준다', '우리나라에서는 100 mL 당 카페인 15 mg 이상 함유한 식품에는 고카페인 함유 및 총 카페인 함량을 표기하고 있다', '스포츠 음료에는 나트륨이나 칼륨 등의 무기질이 첨가되어 있다'에 대해 웰빙추구 집단이 가장 높은 지식 정답률을 보였다. 최근에 카페인

Table 6. Percentage of correct answers related to beverages according to dietary lifestyle groups

Mean±S.D.

Item	Cluster 1: Convenience- seeking group (N=86)	Cluster 2: Wellbeing -seeking group (N=70)	Cluster 3: Popularity -seeking group (N=49)	Cluster 4: Indifference group (N=71)	Total	F value
Intake of sugar-rich carbonated drinks can cause diabetes.	95.4±21.2	98.6±12.0	87.8±33.1	91.6±28.0	93.8±24.1	2.30
Carbonated drinks help to digest and absorb foods.	58.1±49.6	54.3±50.2	38.8±49.2	56.3±50.0	53.3±50.0	1.76
Carbonated drinks inhibit absorption of calcium.	84.9±36.0	87.1±33.7	81.6±39.1	78.9±41.1	83.3±37.3	0.66
Carbonated drinks decay teeth.	100.0±0.0	95.7±20.4	95.9±20.0	94.4±23.2	96.7±17.8	1.50
No added sugar juices do not have sugar.	77.9±41.7	81.4±39.2	79.6±40.7	78.9±41.1	79.4±40.6	0.10
Intake of fruit/vegetable juice drinks give the feeling of fullness.	60.8±49.2	64.3±48.3	53.1±50.4	53.5±50.2	58.3±49.4	0.80
Orange juices are effective on gastritis treatment due to rich vitamin C.	55.8±50.0	60.0±49.3	42.9±50.0	46.5±50.2	52.2±50.0	1.61
Intake of fermented tea can cause anemia.	30.2±46.2 ^b	47.1±50.3 ^a	36.7±48.7 ^{ab}	21.1±41.1 ^b	33.3±47.2	3.90 ^{**}
Tea or green tea contains caffeine.	94.2±23.5	91.4±28.2	85.7±35.4	95.8±20.3	92.4±26.6	1.59
Microorganisms rapidly proliferate in green tea.	16.3±37.1	25.7±44.0	24.5±43.5	18.3±39.0	20.7±40.6	0.92
Catechin of tea helps diet.	51.7±50.3	58.6±49.6	53.1±50.4	56.3±50.0	54.7±49.9	0.33
Polyphenols of green tea help prevent aging.	57.0±49.8 ^b	81.4±39.2 ^a	69.4±46.6 ^{ab}	76.1±43.0 ^a	70.3±45.8	4.34 ^{**}
Caffeine promotes growth by increase of calcium absorption.	75.6±43.2 ^{ab}	77.1±42.3 ^a	59.2±49.7 ^b	60.6±49.2 ^b	69.2±46.3	2.88 [*]
Intake of caffeine causes anemia due to inhibition of iron absorption.	58.1±49.6	64.3±48.3	69.4±46.6	53.5±50.2	60.5±49.0	1.23
Excess of caffeine intake causes morbid sensitiveness, exaltation, or insomnia.	96.5±18.7	94.3±23.4	93.9±24.2	91.6±28.0	94.2±23.4	0.58
The maximum amount of daily caffeine is different for children, teenagers, and adults.	87.2±34.0	87.1±33.7	83.7±37.3	78.9±41.1	84.4±36.3	0.86
High-caffeinated drinks mean a 100 mL of drink contains 15 mg and over caffeine in Korea.	30.2±46.2 ^b	58.8±49.6 ^a	40.8±49.7 ^b	39.4±49.2 ^b	41.7±49.4	4.49 ^{**}
Sport drinks help diet due to no calories.	86.1±34.9	92.9±25.9	85.7±35.4	80.3±40.1	86.2±34.5	1.58
Sport drinks contain minerals such as sodium and potassium.	66.3±47.6 ^b	85.7±35.3 ^a	49.0±44.6 ^c	73.2±44.6 ^{ab}	69.9±45.9	6.87 ^{***}
Total	64.5±16.6 ^b	71.3±12.8 ^a	62.0±18.4 ^b	63.4±17.9 ^b	65.5±16.7	4.12 ^{**}

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$.^{a-c} means in the same column with different superscripts are significantly different by the result of Duncan's multiple range test.

과잉 섭취 시 부작용에 대한 우려가 높아짐에 따라 우리나라에서도 고카페인 함유 식품에 대한 표기를 의무화하는 등 카페인 과잉 섭취를 피하도록 권장하고 있는데, 웰빙추구 집단의 경우 고카페인 함유 식품의 표기 및 카페인의 부작용에 대해서도 다른 집단에 비해 잘 알고 있는 것으로 나타났다.

6. 식생활 라이프스타일 군집별 음료 섭취 빈도

전체 응답자의 각 음료 섭취 빈도를 살펴보면 탄산음료,

우유 및 유제품의 경우 '일주일에 1~3회 마신다'는 응답 비율이 가장 높았고, 스포츠 음료, 과일·채소 주스, 카페인 음료, 전통 음료, 차류, 기능성 음료의 경우 '거의 마시지 않는다'는 응답 비율이 가장 높았다(Table 7). 특히 우유 및 유제품이 다른 음료에 비해 자주 마시는 음료로 나타났는데, Chang YJ(2013)의 연구에서도 대학생이 주로 구매하고 섭취하는 음료 중 1위가 우유·두유 및 요구르트로 나타났다. 이는 대학생들이 바쁜 일과에 식사 대응으로 우유나 유제품을

Table 7. Frequency of beverage intake according to dietary lifestyle groups

N(%)

Beverage	Category	Cluster 1: Convenience -seeking group (N=86)	Cluster 2: Wellbeing -seeking group (N=70)	Cluster 3: Popularity -seeking group (N=49)	Cluster 4: Indifference group (N=71)	Total	χ^2 value
Carbonated drinks	1 time and over per day	7(8.1)	3(4.3)	7(14.3)	3(4.2)	20(7.2)	25.93**
	4~6 times per week	16(18.6)	5(7.1)	3(6.1)	8(11.3)	32(11.6)	
	1~3 times per week	42(48.8)	26(37.1)	28(57.1)	29(40.8)	125(45.3)	
	Nearly do not drink	21(24.4)	36(51.4)	11(22.4)	31(43.7)	99(35.9)	
Milk and dairy products	1 time and over per day	15(17.4)	23(32.9)	15(30.6)	23(32.4)	76(27.5)	18.09*
	4~6 times per week	13(15.1)	18(25.7)	5(10.2)	13(18.3)	49(17.8)	
	1~3 times per week	41(47.7)	19(27.1)	15(30.6)	24(33.8)	99(35.9)	
	Nearly do not drink	17(19.8)	10(14.3)	14(28.6)	11(15.5)	52(18.8)	
Sport drinks	1 time and over per day	3(3.5)	1(1.4)	4(8.2)	0(0.0)	8(2.9)	16.89*
	4~6 times per week	5(5.8)	5(7.1)	4(8.2)	8(11.3)	22(8.0)	
	1~3 times per week	25(29.1)	13(18.6)	19(38.8)	20(28.2)	77(27.9)	
	Nearly do not drink	53(61.6)	51(72.9)	22(44.9)	43(60.6)	169(61.2)	
Fruit/ vegetable juice	1 time and over per day	2(2.3)	7(10.0)	5(10.2)	12(16.9)	26(9.4)	15.48
	4~6 times per week	9(10.5)	6(8.6)	2(4.1)	4(5.6)	21(7.6)	
	1~3 times per week	33(38.4)	28(40.0)	18(36.7)	33(46.5)	112(40.6)	
	Nearly do not drink	42(48.8)	29(41.4)	24(49.0)	22(31.0)	117(42.4)	
Caffeine drinks	1 time and over per day	15(17.4)	11(15.7)	5(10.2)	15(21.1)	46(16.7)	8.14
	4~6 times per week	17(19.8)	9(12.9)	8(16.3)	9(12.7)	43(15.6)	
	1~3 times per week	31(36.0)	23(32.9)	17(34.7)	18(25.4)	89(32.2)	
	Nearly do not drink	23(26.7)	27(38.6)	19(38.8)	29(40.8)	98(35.5)	
Traditional drinks	1 time and over per day	2(2.3)	1(1.4)	0(0.0)	2(2.8)	5(1.8)	7.84
	4~6 times per week	0(0.0)	0(0.0)	1(2.0)	1(1.4)	2(0.7)	
	1~3 times per week	11(12.8)	12(17.1)	9(18.4)	17(23.9)	49(17.8)	
	Nearly do not drink	73(84.9)	57(81.4)	39(79.6)	51(71.8)	220(79.7)	
Tea	1 time and over per day	4(4.7)	8(11.4)	1(2.0)	3(4.2)	16(5.8)	9.60
	4~6 times per week	7(8.1)	6(8.6)	6(12.2)	3(4.2)	22(8.0)	
	1~3 times per week	23(26.7)	14(20.0)	10(20.4)	20(28.2)	67(24.3)	
	Nearly do not drink	52(60.5)	42(60.0)	32(65.3)	45(63.4)	171(62.0)	
Functional drinks	1 time and over per day	4(4.7)	1(1.4)	0(0.0)	1(1.4)	6(2.2)	13.21
	4~6 times per week	3(3.5)	1(1.4)	0(0.0)	2(2.8)	6(2.2)	
	1~3 times per week	13(15.1)	10(14.3)	16(32.7)	13(18.3)	52(18.8)	
	Nearly do not drink	66(76.7)	58(82.9)	33(67.3)	55(77.5)	212(76.8)	
Total		86(100.0)	70(100.0)	49(100.0)	71(100.0)	276(100.0)	

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$.

섭취하거나, 기숙사에 거주하는 경우 급식의 형태로 제공되어 섭취하는 경우가 많기 때문인 것으로 보인다. 한편, 카페인 음료의 경우 ‘하루에 1번 이상 마신다’는 응답 비율이 16.7%, ‘1주일에 4~6회 마신다’는 응답 비율이 15.6%로 나타나서, 대학생들이 카페인이 많이 함유된 커피도 자주 마시는 것으로 나타나, 카페인을 과잉 섭취하지 않도록 유의할 필요가 있는 것으로 나타났다.

한편, 전통 음료를 거의 마시지 않는다는 비율은 79.7%로, Lee HJ(2001)의 연구에서도 다른 연령에 비해 20대 연령층에서 전통 음료 섭취 비율이 낮게 나타났다. 이러한 결과들을 통해서 볼 때 상업적으로 다양한 전통 음료들이 출시되고 있음에도 불구하고 아직까지 젊은 층에 있어서는 큰 호응을 받지 못하고 있는 것으로 보여, 향후 전통 음료를 계승하고 소비를 활성화하기 위한 노력이 필요한 것으로 나타났다.

식생활 라이프스타일 군집별 각 음료의 섭취 빈도를 살펴보면, 탄산음료($p<0.01$), 우유 및 유제품($p<0.05$), 그리고 스포츠 음료($p<0.05$)의 경우 식생활 라이프스타일 군집별로 차이를 보였는데, 탄산음료의 경우 편의추구 집단과 유행추구 집단은 ‘일주일에 1~3회 마신다’는 응답 비율이 가장 높았고, 웰빙추구 집단과 무관심 집단은 ‘거의 마시지 않는다’는 응답 비율이 가장 높았다. 우유 및 유제품은 웰빙추구 집단이 ‘매일 1회 이상 마신다’는 응답비율이 가장 높았고, 편의추구 집단과 무관심 집단은 ‘일주일에 1~3회 마신다’는 응답비율이 가장 높았다. 그리고 스포츠 음료에 대해서는 모든 군집에서 ‘거의 마시지 않는다’는 응답비율이 가장 많았지만, 유행추구 집단의 경우 ‘일주일에 1~3회 마신다’는 응답

비율이 다른 집단에 비해 높은 비율로 나타났다. 따라서 이들 결과를 볼 때, 웰빙추구 집단의 경우 탄산음료는 덜 마시고 우유 및 유제품을 자주 마시는 것으로 나타나, 이들 집단의 대학생들이 다른 집단에 비해 음료를 섭취하는데 있어서 건강을 많이 고려하고 있음을 알 수 있었다. 그러나 편의추구 집단과 유행추구 집단은 웰빙추구 집단에 비해 탄산음료를 자주 마시고 있는 것으로 나타나 음료소비 패턴에 있어서의 차이를 보여주었다.

7. 식생활 라이프스타일 군집별 음료 선호도

조사대상자의 음료 선호도를 살펴보면 5점 만점에 우유 및 유제품의 평균이 4.01점으로 가장 높았고, 그 다음으로는 과일·채소 주스(3.79점), 카페인 음료(3.35점), 스포츠 음료(3.33점)로 나타났다. 대학생들의 시판음료에 대한 선호도를 살펴본 Kim HM(2009)의 연구에서 가장 선호하는 시판음료가 이온음료이었고, 그 다음으로는 과일주스, 우유, 차, 커피 순으로 나타나서, 이들의 결과를 통해서 볼 때 대학생들은 대체로 우유나 유제품, 과일·채소 주스를 선호하고 있음을 알 수 있었다.

한편, 식생활 라이프스타일 군집별로 각 음료에 대해 선호하는 정도를 살펴본 결과, 유의한 차이를 보인 것은 탄산음료($p<0.001$), 스포츠 음료($p<0.05$), 차류($p<0.05$), 기능성 음료($p<0.001$)로 나타났다(Table 8). 탄산음료의 경우 편의추구 집단과 유행추구 집단이 웰빙추구 집단과 무관심 집단에 비해 선호도 평균값이 높았으며, 스포츠 음료의 경우 유행추구 집단이 웰빙추구 집단에 비해 선호도 평균값이 높았다. 한편, 차

Table 8. Beverage preference according to dietary lifestyle groups

Mean±S.D.¹⁾

Beverage	Cluster 1: Convenience -seeking group (N=86)	Cluster 2: Wellbeing -seeking group (N=70)	Cluster 3: Popularity -seeking group (N=49)	Cluster 4: Indifference group (N=71)	Total	F value
Carbonated drinks	3.59±0.99 ^a	2.90±1.01 ^b	3.45±0.89 ^a	3.10±1.03 ^b	3.26±1.02	7.58 ^{***}
Milk and dairy products	4.06±0.87	4.04±0.82	4.10±0.85	3.85±0.79	4.01±0.84	1.25
Sport drinks	3.43±1.01 ^{ab}	3.13±0.80 ^b	3.53±0.94 ^a	3.25±1.00 ^{ab}	3.33±0.95	2.80 [*]
Fruit/vegetable juice	3.76±0.87	3.87±0.82	3.78±0.90	3.76±0.85	3.79±0.85	0.29
Caffeine drinks	3.43±1.16	3.36±1.09	3.41±1.21	3.20±1.17	3.35±1.15	0.60
Traditional drinks	3.08±1.10	3.37±0.87	3.08±1.08	3.21±1.15	3.19±1.06	1.18
Tea	3.26±1.16 ^{ab}	3.47±0.83 ^a	3.10±0.92 ^b	3.08±1.02 ^b	3.24±1.01	2.72 [*]
Functional drinks	3.33±0.89 ^a	3.01±0.73 ^b	3.47±0.84 ^a	2.75±0.89 ^b	3.12±0.88	9.51 ^{***}

* $p<0.05$, *** $p<0.001$.

^{a-c} means in the same column with different superscripts are significantly different by the result of Duncan's multiple range test.

¹⁾ Rated with a 5-point Likert scale; 1=dislike very much, 5=like very much.

류의 경우 웰빙추구 집단의 평균이 유행추구 집단이나 무관심 집단에 비해 높았으며, 기능성 음료의 경우 편의추구 집단과 유행추구 집단의 평균값이 웰빙추구 집단이나 무관심 집단에 비해 평균값이 높았다.

이러한 선호도 결과는 앞서 분석한 섭취 빈도 결과와 어느 정도 관련을 가지고 있는 것으로 보인다. 즉, 편의추구 집단과 유행추구 집단이 웰빙추구 집단과 무관심 집단에 비해 탄산음료 선호도 평균값이 높았는데, 이는 앞에서 편의추구 집단과 유행추구 집단이 다른 집단에 비해 탄산음료를 ‘일주일에 1~3회 마신다’는 응답 비율이 가장 높게 나온 결과를 반영하는 것으로 보인다. 또한 유행추구 집단이 웰빙추구 집단에 비해 스포츠 음료 선호도 평균값이 높게 나타났는데, 앞의 섭취 빈도 분석에서도 유행추구 집단의 경우 스포츠 음료를 ‘일주일에 1~3회 마신다’는 응답 비율이 다른 집단에 비해 높은 비율로 나타나, 각 라이프스타일에 따라 선호하는 음료가 다르며 이에 따라 섭취 빈도가 다른 것을 확인할 수 있었다.

이들 결과를 볼 때 식생활 라이프스타일이 음료 소비와 관련이 있어 웰빙추구 집단은 차류를 선호하지만 탄산음료나 스포츠 음료는 덜 선호하는 경향을 보였으며, 편의추구 집단은 탄산음료나 기능성 음료를 선호하는 경향을 보이고 있었다.

요약 및 결론

본 연구는 영남지역에 재학 중인 276명의 대학생을 대상으로 식생활 라이프스타일을 유형화하고, 이에 따른 음료 섭취 실태를 분석하였다. 수집된 자료는 SPSS Windows 프로그램을 이용하여 빈도분석, 요인분석, 군집분석, 신뢰도 분석, 일원분산분석, χ^2 분석을 실시하였다. 식생활 라이프스타일에 대한 요인분석 결과, 건강추구형, 유행추구형, 안전추구형, 경제성 추구형, 편의추구형의 5개 요인이 도출되었다. 그리고 군집분석을 통해 조사대상자의 식생활 라이프스타일은 편의추구 집단, 웰빙추구 집단, 유행추구 집단, 무관심 집단으로 유형화되었다. 식생활 라이프스타일 군집별로 성별, 학년, 거주형태, 월평균 용돈에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 한편, 식생활 라이프스타일 군집별로 식습관을 살펴본 결과 통계적으로 유의한 차이가 있어 웰빙추구 집단의 평균이 가장 높았고, 편의추구 집단의 평균이 가장 낮았다. 그리고 식생활 라이프스타일 군집별 음료에 관한 지식 정답률을 살펴보면 웰빙추구 집단의 평균이 가장 높은 것으로 나타났다. 식생활 라이프스타일 군집별 각 음료의 섭취 빈도를 살펴보면, 탄산음료, 우유 및 유제품, 그리고 스포츠 음료에 있어 차이를 보였다. 또한 식생활 라이프스타일 군집별로 각 음료에

대해 선호하는 정도를 살펴본 결과, 탄산음료, 스포츠 음료, 차류, 기능성 음료에서 차이가 있는 것으로 나타났다.

이상의 결과들을 통해서 보면 식생활 라이프스타일에 따라 음료 섭취 실태에 차이가 있어, 웰빙추구 집단은 좋은 식습관을 가지고 있고, 음료에 관한 지식 수준도 높으며, 우유 및 유제품을 많이 섭취하고 또한 차류를 선호하는 것으로 나타났다. 한편, 편의추구 집단은 좋지 않은 식습관을 보이고 있었고, 음료에 관한 지식도 낮았으며, 탄산음료를 많이 섭취하고 또한 선호하는 것으로 나타났다. 많은 대학생들은 젊다는 이유만으로 건강에 대해 특별한 관심을 기울이지 않거나, 영양 섭취의 중요성을 잘 인식하지 못하고(Lee KA 1999), 또한 바쁜 일과 가운데 자판기로부터 손쉽게 구매할 수 있는 탄산음료나 카페인 음료를 많이 섭취할 경향이 크다. 그러나 대학생 시기는 본인 스스로 음식을 선택할 수 있는 기회가 많아지고 성인으로서의 새로운 식습관이 형성되는 중요한 시기이므로, 건강에 대한 관심을 갖고 매일 쉽게 마시는 음료에도 주의를 기울여 탄산음료나 카페인 음료 등의 과다 섭취를 피하고, 전통음료의 계승과 섭취 등에 관한 교육을 통해 올바른 식습관을 갖도록 해야 할 것이다.

감사의 글

이 논문은 2012년도 인제연구장학재단 국내연수지원에 의해 수행되었으며, 이에 감사드립니다.

REFERENCES

- Chae SI (1992) A study on lifestyle according to systematic analysis. *J Consumer Studies* 3: 46-63.
- Chae SJ (2011) A study on the coffee consumption attribute by the lifestyle. *MS Thesis* Kyunghee University, Seoul. p 8.
- Chang MK (2008) Study of the consumers' lifestyle trends for the development of a tea drink package design. *MS Thesis* Ewha Women's University, Seoul. p 5.
- Chang YJ (2013) Purchase of commercial beverages and awareness and utilization of beverage's nutrition labelling in university students. *MS Thesis* Ewha Women's University, Seoul. pp 20-21.
- Choi EN (2013) Study carbonated beverage consumption and perceptions of middle school students in Seoul area. *MS Thesis* Konkuk University, Seoul. pp 8-52.
- Hur WM, Lee WS, Lee HT (2006) A study on female lifestyles-based market segmentation of the kitchen appliances. *KMA J* 21: 53-84.

- Hwang SJ, Kim YS (2006) Research on drinking traditional beverages among college students in Seoul. *Korean J Culinary Research* 12: 213-224.
- Jang YJ (2013) Purchase of commercial beverages and awareness and utilization of beverage's nutrition labeling in university students. *MS Thesis* The University of Suwon, Seoul. pp 20-24.
- Kim HM (2009) Lifestyle, dietary habits, taste perception and consumption pattern of commercial drinks of the university students. *MS Thesis* Deajin University, Pocheon. pp 7-45.
- Kim MK (2008) A study on the status of beverage consumption and related factors of the elementary school students in Seoul. *MS Thesis* Kyunghee University, Seoul. pp 12-64.
- Kim MR, Kim HC (2009) A study on the consumption behaviors regarding red pepper paste according to the food-related lifestyles of housewives. *J East Asian Soc Dietary Life* 19: 1-8.
- Kim SM (2009a) A study on the status of beverage consumption and related factors of the middle and high school students in Gyeongnam area. *MS Thesis* Kyungnam University, Changwon. pp 59-67.
- Kim SM (2009b) Comparison of dietary behaviors and perception of caffeine in coffee consumers by gender. *MS Thesis* Catholic University of Daegu, Gyeongsan. pp 12-65.
- Ko SM (2012) The preference of beverage and recognition of food · nutrition labeling by adults in metropolitan area. *MS Thesis* Konkuk University, Seoul. pp 15-28.
- Lee HJ (2001) A socio-cultural investigation of beverages and analysis of the factors that influence beverage consumption. *MS Thesis* Yonsei University, Seoul. pp 88-90.
- Lee JS (2007) Analysis of purchaser's recognition and purchase behavior about sports beverage. *MS Thesis* Dongguk University, Seoul. pp 21-41.
- Lee KA (1999) A comparison of eating and general health practices to the degree of health consciousness in Pusan college students. *J Korean Soc Food Sci Nut* 28: 732-746.
- Lee MY (2013) A study on beverage consumption of high school students in Jinju. *MS Thesis* Gyeongsang National University, Jinju. pp 10-24.
- Moon SJ, Joung SH (2008) A study of factors affecting the purchase of well-being tea drinks. *Family & Environ Res* 26: 71-82.
- Myung CO, Park YS, Nam HW, Lee KW (2007) A study on college students' awareness and life pattern on well-being. *J East Asian Soc Dietary Life* 17: 27-42.
- Park MR (1999) A study on beverage consumption pattern and image of college students. *J East Asian Soc Dietary Life* 9: 501-513.
- Park SY (1996) Category and characteristics of Korean lifestyles. *KMA J* 11: 19-34.
- Seung HS (2005) A study on using behavior of bakery by dietary lifestyle. *MS Thesis* Ewha Women's University, Seoul. p 8.
- Shin SY, Chung LN (2007) The preference and frequency of beverages related to health factor in university students. *Korean J Food Culture* 22: 420-433.
- Sul HK, Lee SH, Jun JK (2007) An exploratory study on dietary behavior in lifestyle. *J Foodservice Management Society of Korea* 10: 267-284.
- <http://www.hidoc.co.kr/Hidoc/News01.aspx?Mode=View&ModuleID=407&srno=27508>. Accessed January 15, 2015.
- http://news.jtbc.joins.com/article/article.aspx?news_id=NB10529679. Accessed January 15, 2015.

Date Received	Feb. 26, 2015
Date Revised	Mar. 31, 2015
Date Accepted	Apr. 9, 2015