

청소년의 식생활라이프스타일에 따른 외식행동 및 배달·테이크아웃 이용실태 - 2020년 식품소비행태조사 자료 이용 -

이은정¹ · 양현민¹ · 이영주¹ · 최선아² · 노정옥^{3*}

¹전북대학교 교육대학원 영양교육전공 석사, ²전북대학교 식품영양학과 박사수료, ³전북대학교 식품영양학과 교수

Study on the Eating Out Behavior and the Status of Meal Delivery and Take-Out Consumption according to the Food-related Lifestyles of Adolescents - Using the Consumption Behavior Survey for Food in 2020 -

Eun Jung Lee¹, Hyeon Min Yang¹, Yeong Ju Lee¹, Sun A Choi² and Jeong Ok Rho^{3*}

¹Master, Major of Nutrition Education, The Graduate School of Education, Jeonbuk National University, Jeonju 54896, Republic of Korea

²Ph.D. Candidate, Dept. of Food Science and Human Nutrition, Jeonbuk National University, Jeonju 54896, Republic of Korea

³Professor, Dept. of Food Science and Human Nutrition, Jeonbuk National University, Jeonju 54896, Republic of Korea

ABSTRACT

This study examined the eating-out behavior and the status of meal delivery and take-out consumption according to the food-related lifestyle of adolescents. The data from 622 adolescents' from the 2020 Consumption Behavior Survey for Food provided by the Korea Rural Economic Institute were analyzed. The data were analyzed using factor analysis, cluster analysis, analysis of variance, and χ^2 -tests with SPSS v. 27.0. The food-related lifestyle of the subjects was categorized into three clusters using the K-clustering method. Clusters 1, 2, and 3 were the low interest in the diet group, the dietary convenience-seeking group, and the rational dietary-seeking group, respectively. The status of eating out and the meal delivery and take-out consumption of clusters 2 and 3 were significantly higher than cluster 1 ($p < 0.001$). The popular eating-out places for clusters 2 and 3 were convenience stores and kimbap and the Korean snack bar for cluster 1, respectively ($p < 0.01$). The important selection factors in choosing the eating-out, delivery, and take-out menus were the taste and the price of foods in all the cluster groups. Chicken menus were the snack items most frequently ordered by all the cluster groups. The results of this study offer the basis for proposing a program to improve the fast-food-oriented eating out behavior of adolescents according to the food-related lifestyle.

Key words: adolescent, food-related lifestyle, eating out, delivery, take-out

서 론

식생활라이프스타일은 식품소비와 구매, 식사방법, 외식행태 등 식생활과 관련된 욕구와 전반적인 가치 및 문화를 의미하며(Sul HK 등 2007; Kim HS 등 2020), 식생활 전반에 중요한 영향을 미칠 수 있기 때문에 소비자 행동을 예측하는 도구로 활용되고 있다(Choi SA & Rho JO 2023). 특히, 식생활라이프스타일은 사회계층, 소득, 가족 등의 영향뿐만 아니라 개인적인 특성에 따라서 차이를 나타내고, 실제 식당과 메뉴 선택 및 방문빈도 등의 식행동에 영향을 주는 것으로 보고되었다(Lee JE & Rho JO 2020; Jang HJ 2021). 최근의

연구(Heo SJ & Bae HJ 2020; Han AR 등 2021; Lee KJ & Lee SY 2021)에서는 1인 가족의 증가, 고령화, 식생활의 서구화 등의 사회구조적인 변화와 COVID-19의 영향으로 건강과 식품안전에 대한 관심이 크게 증가하였으며, 밀키트와 편의식 구매, 배달 및 테이크아웃을 이용한 식품소비가 증가되는 등 전 연령층의 식생활라이프스타일이 변화하고 있는 것으로 보고되었다. 따라서 소비자 세부집단의 특성을 파악하고 식행동 차이를 규명할 수 있는 식생활라이프스타일에 대한 연구가 지속적으로 필요하겠다.

청소년기는 아동기에서 성인기로 이행되는 과도기로 이 시기에 형성된 식습관 및 영양 상태는 성인기에도 지속되어 평생의 건강에 영향을 미칠 수 있기 때문에 청소년기에 올바른 식습관을 형성하는 것은 매우 중요하다(Park KA 등 2019;

* Corresponding author : Jeong Ok Rho, Tel: +82-63-270-3821, Fax: +82-63-270-3854, E-mail: jorho@jbnu.ac.kr

Park SK & Lee JH 2020). 그러나 다수의 선행연구(Na YS 등 2019; Choi EJ & Choi MK 2020; Lee SJ & Ryu HK 2021)에서 청소년들의 식행동과 영양불량의 문제점이 제기되고 있다. 청소년들의 식습관 조사에 따르면, 청소년들의 아침결식률이 높으며(Choi SA 등 2023), 가정 내 식사보다 방과 후 외식 등 외부에서 식사하는 빈도가 높는데, 특히 간편하고 빠르게 식사를 할 수 있는 패스트푸드의 섭취가 증가한 것으로 보고되었다(Lee SK 등 2019; Kim SY 2021). 또한, 청소년의 21.7%는 1주일에 1번 배달음식을 주문하고 있으며, 36.3%는 1주일에 1번 테이크아웃으로 음식소비를 하는 것으로 보고되었다(Shin YL 등 2021). Oh MH 등(2019)의 연구에서도 음식 콘텐츠 이용이 많은 고등학생일수록 편의점에서 자주 식사를 하고 인스턴트식품의 섭취와 야식 섭취 및 과식을 하며, 단음식과 식욕을 돋우는 새콤한 음식과 지방이 많이 함유된 느끼한 음식의 선호도가 높은 것으로 보고하였다. 그러나 청소년들의 식생활라이프스타일 관련 연구에 따르면 청소년들의 식생활라이프스타일은 성인과 같이 다양한 유형을 보이며, 유형별 식품소비행태의 차이가 있는 것으로 보고되었다(Oh SC & Jang JS 2015; You SM 등 2018). 실제 Oh SC & Jang JS(2014)는 청소년들의 식생활라이프스타일이 미각과 유행추구 성향인 경우에는 콜라를 선호하나 건강추구와 안전추구 성향의 청소년들은 저탄산음료를 선호하며, 구매빈도에서 차이가 있다고 보고하였다. Kim YH(2016)의 연구에서도 식생활라이프스타일이 가족과 건강 요인을 지향하는 청소년들의 불량식품관리 역량이 다른 집단보다 높다고 보고하며, 청소년들의 라이프스타일 유형을 고려한 영양교육을 제안하였다.

지금까지의 청소년의 식생활라이프스타일 관련 연구는 패스트푸드(Oh SC & Jang JS 2015) 및 음료 소비행태(Oh SC & Jang JS 2014; You SM 등 2018), 불량식품 관리(Kim YH 2016) 및 배달 및 테이크아웃 이용(Shin YL 등 2021) 등이 보고되었다. 이 중 Shin YL 등(2021)의 연구는 2019년 식품소비행태조사 자료를 이용하여 청소년의 배달 및 테이크아웃 이용실태만을 분석한 연구로 청소년들의 외식행동실태를 분석하지 못한 제한점이 있다. 따라서 본 연구에서는 2020년의 식품소비행태조사 원시자료를 이용하여 청소년의 식생활라이프스타일 유형을 구분하고 청소년의 배달 및 테이크아웃 이용뿐만 아니라 외식행동의 차이를 분석하고자 한다. 본 연구의 결과는 변화하고 있는 청소년의 식생활라이프스타일 유형을 확인하고, 이와 관련한 외식과 배달 및 테이크아웃 이용실태의 차이를 분석함으로써 향후 청소년대상의 식생활교육 프로그램을 개발하는 데 필요한 기초자료를 제공하고자 한다.

연구방법

1. 조사대상 및 이용자료

본 연구는 한국농촌경제연구원(Korea Rural Economic Institute; KREI)의 주관 하에 매년 조사가 이루어지는 식품소비행태조사 자료 중 2020년도 청소년 대상 식품소비행태조사 원시자료(KREI 2022)를 활용하였으며, 연구자가 소속된 대학교 생명윤리심의위원회(IRB)의 심의면제 승인을 받아 수행하였다(승인번호: JBNU 2023-01-006). 만 13세~18세의 청소년 대상의 식품소비행태조사는 2020년 6월 10일부터 8월 21일까지 조사가 진행되었으며, 조사에 참여한 총 622명을 최종 분석대상자로 하였다.

2. 조사내용

1) 일반적 특성

일반적 특성은 성별, 학교유형, 거주 지역을 변수로 이용하였다. 성별은 ‘남학생’과 ‘여학생’, 학교유형은 ‘중학교’와 ‘고등학교’, 거주 지역은 권역별로 ‘수도권(서울·경기)’, ‘충청권’, ‘호남권’, ‘대경권(대구·경북)’, ‘경남권(부산·울산)’, ‘강원권’으로 분류하였다.

2) 식생활라이프스타일

식생활라이프스타일 항목은 식품소비행태조사에 제시된 항목을 이용하였다. ‘아침식사는 밥보다 빵이나 과일 등으로 간단하게 먹는 편이다’, ‘가정 간편식(HMR)이나 외식/배달 음식을 종종 이용한다’, ‘식품 구입 시 소포장 제품을 구입하는 편이다’, ‘다양한 맛을 위해 메뉴를 자주 바꾸는 편이다’ 등의 총 14개 문항을 Likert 5점 척도(1점: 전혀 그렇지 않다 ~5점: 매우 그렇다)로 평가하였다.

3) 외식행동

청소년들의 외식 여부는 ‘외식을 한다’와 ‘외식을 전혀 하지 않는다’의 변수를 이용하였다. 외식은 평소 가족단위가 아닌 개인적으로 친구, 지인들과 또는 혼자 음식점에 가서 식사를 하는 경우로 배달과 테이크아웃을 이용하는 경우는 제외하였다.

외식 빈도는 ‘매일’, ‘주 4~5회’, ‘주 2~3회’, ‘주 1회’, ‘2주일에 1회’, ‘1달에 1회’, ‘2~3달에 1회’, ‘그보다 드물게’의 8개의 변수로 조사되었으나, ‘매일’, ‘주 4~5회’, ‘주 2~3회’는 ‘주 2회 이상’으로, ‘주 1회’는 ‘주 1회’로, ‘2주일에 1회’, ‘1달에 1회’는 ‘1달에 1~2회’로, ‘2~3달에 1회’, ‘그보다 드물게’는 ‘2~3달에 1회 미만’의 4개의 변수로 재분류하여 이용하였다.

외식 이유는 ‘맛있는 음식을 즐기기 위해’, ‘근로, 학업 등으로 가정 내 식사가 어려워’, ‘식사준비가 귀찮아서’, ‘특별한 날이어서’의 기존 변수를 이용하였다. 외식을 하지 않는 이유 조사는 외식을 하지 않는다는 응답자와 외식 빈도가 ‘2~3달에 1회 미만’으로 낮은 외식 빈도를 보인 응답자만을 대상으로 하였으며, 1순위 답변 자료를 이용하였다. 변수는 ‘값비싼 가격’, ‘오랜 대기시간’, ‘맛이 없음’, ‘화학조미료 사용’, ‘영양상 불균형’, ‘음식량이 많음’, ‘음식량이 적음’, ‘서비스 나쁨’, ‘위생문제’, ‘원료품질에 대해 확인이 어려움’, ‘기타’의 11개의 변수를 ‘값비싼 가격’, ‘오랜 대기시간’, ‘맛이 없음’, ‘화학조미료 사용’, ‘영양상 불균형’, ‘위생문제’, ‘기타’의 7개의 변수로 재분류하였다. 외식 시 중요한 선택 기준은 ‘음식점의 청결도’, ‘가격수준’, ‘서비스 정도’, ‘분위기’ 등의 12개의 변수를 7개의 변수로 재분류하였으며, 1순위 답변 자료를 이용하였다.

외식 장소는 ‘식당(음식점)’, ‘편의점’, ‘포장마차, 푸드트럭 등 길거리’, ‘학교매점’ 등의 기존 변수를 이용하였다. ‘식당(음식점)’에서 외식을 하는 경우, 어떤 식당(음식점)을 이용하는지 조사하였다. 식당 종류는 1순위 답변 자료를 이용하였으며, ‘한식 음식점’, ‘한식 육류요리 전문점’, ‘치킨 전문점’, ‘피자, 햄버거, 샌드위치 전문점’, ‘분식점 및 김밥전문점’, ‘일식요리 전문점’, ‘중식당’, ‘양식당’, ‘이색외국요리’, ‘카페 및 제과·제빵전문점’, ‘기타’의 11개 변수를 ‘한식 음식점’, ‘한식 육류요리 전문점’, ‘치킨 전문점’, ‘피자, 햄버거, 샌드위치 전문점’, ‘분식점 및 김밥전문점’, ‘중식당’ 및 ‘기타’의 7개 변수로 재분류하여 이용하였다. 평균 외식비용은 ‘월평균 비용’과 ‘1회 비용’의 기존 변수를 이용하였다.

4) 배달 및 테이크아웃 이용

배달 및 테이크아웃 이용은 가족단위가 아닌 응답자 개인이 집이 아닌 다른 장소에서 이용하는 경우로 제한하였다. 평소 배달 또는 테이크아웃 이용 실태조사는 ‘배달과 테이크아웃 모두 이용한다’, ‘배달만 이용한다’, ‘테이크아웃만 이용한다’의 3개의 기존 변수를 이용하였다.

배달 및 테이크아웃으로 식사를 하는 빈도는 ‘매일’, ‘주 4~5회’, ‘주 2~3회’, ‘주 1회’, ‘2주일에 1회’, ‘1달에 1회’, ‘2~3달에 1회’, ‘그보다 드물게’의 8개의 기존 변수를 매일, ‘주 4~5회’, ‘주 2~3회’는 ‘주 2회 이상’으로, ‘주 1회’는 그대로 이용하였으며, ‘2주일에 1회’, ‘1달에 1회’는 ‘1달에 1~2회’, ‘2~3달에 1회’와 ‘그보다 드물게’는 ‘2~3달에 1회 미만’으로 재분류하여 4개의 변수로 분석하였다.

배달 및 테이크아웃을 이용하는 이유는 ‘맛있는 음식을 즐기기 위해’, ‘근로, 학업 등으로 가정 내 식사가 어려워’, ‘식사준비가 귀찮아서’, ‘특별한 날이어서’의 기존 변수를 이

용하였다. 배달 및 테이크아웃을 이용하지 않는 이유는 1순위 조사 자료를 이용하였으며, 배달 및 테이크아웃을 이용하지 않는다는 대상자와 이용 빈도가 ‘2~3달에 1회 미만’인 대상자만을 분석하였다. 변수는 ‘값비싼 가격’, ‘오랜 대기시간’, ‘맛이 없음’, ‘화학조미료 사용’, ‘영양상 불균형’, ‘음식량이 많음’, ‘음식량이 적음’, ‘서비스 나쁨’, ‘위생문제’, ‘원료 품질에 대해 확인이 어려움’, ‘포장용기의 안전성에 대한 불안’, ‘기타’의 11개의 변수를 ‘값비싼 가격’, ‘오랜 대기시간’, ‘맛이 없음’, ‘화학조미료 사용’, ‘음식량이 많음’, ‘위생문제’, ‘영양상 불균형’, ‘기타’의 8개 변수로 재분류하여 분석하였다.

배달 및 테이크아웃 음식을 선택할 때의 선택기준은 1순위 조사 자료를 이용하였으며, ‘가격’, ‘배달/음식준비의 신속성’, ‘업체 신뢰도’, ‘건강에 좋은 요리’, ‘음식의 맛’, ‘음식의 양’, ‘메뉴의 다양성’, ‘포장상태’, ‘주문의 편리성’, ‘기타’의 10개 변수를 ‘가격’, ‘배달/음식준비의 신속성’, ‘업체 신뢰도’, ‘건강에 좋은 요리’, ‘음식의 맛’, ‘기타’의 6개 변수로 재분류하여 분석하였다.

주문하는 배달 또는 테이크아웃 메뉴의 종류는 ‘보쌈, 족발 등 육류’, ‘치킨 요리(치킨, 강정, 찜닭)’, ‘탕류(해물탕, 부대찌개 등)’, ‘피자’, ‘회, 초밥’, ‘중화요리’, ‘이색외국요리’, ‘채소요리(샐러드 등)’, ‘한식’, ‘김밥 및 분식류’, ‘기타’의 12개의 변수를 ‘보쌈, 족발 등 육류’, ‘치킨 요리(치킨, 강정, 찜닭)’, ‘햄버거, 샌드위치, 빵류’, ‘김밥 및 분식류’, ‘피자’, ‘중화요리’, ‘기타’의 7개 변수로 재분류하였으며, 1순위로 조사된 자료를 이용하였다. 배달 또는 테이크아웃 이용 시 평균 지출비용은 ‘월평균 비용’과 ‘1회 비용’의 기존 변수를 이용하였다.

3. 통계분석

본 연구의 자료 분석은 SPSS 통계프로그램(IBM SPSS Statistics for Windows, Version 27.0; IBM Corp., Armonk, NY, USA)을 이용하여 진행하였다. 식생활라이프스타일 분석은 문항을 요인분석(factor analysis)을 이용하여 공통요인을 가진 요인으로 나눈 후에 군집분석(K-Means cluster)을 이용하여 청소년의 식생활라이프스타일 성향이 유사한 집단으로 구분하였다. 요인분석은 주성분 분석으로 배리맥스 회전법(varimax rotation)을 이용하여 고유값(eigenvalue)이 1 이상, 요인부하량(factor loading) 0.4 이상을 기준으로 하였으며, 신뢰도 측정을 위하여 Cronbach's α 값을 구하였다. 군집 분석에 따른 각 군집별 QCL을 이용하여 집단별 차이를 확인하였으며, 도출된 각 군집에 따른 일반적 특성, 외식행동, 배달 및 테이크아웃 이용 소비행동의 차이는 χ^2 -test를 실시하여 비교하였다. 군집별 외식비용과 배달 및 테이크아웃

지출비용은 평균과 표준편차를 산출하여 분산분석(one-way ANOVA)을 실시하였으며, 사후검증은 $\alpha=0.05$ 수준에서 Duncan's multiple range test를 이용하였다. 모든 통계분석 시 결측값은 제외하였다.

결과 및 고찰

1. 청소년의 식생활라이프스타일 요인분석

청소년의 식생활라이프스타일 항목의 타당성과 신뢰성을 검증하기 위하여 요인분석을 실시한 결과는 Table 1과 같다. 요인분석 결과, '다양한 맛을 위해 메뉴를 자주 바꾸는 편이다' 항목을 제거하고, 13개의 항목으로 2차 요인분석을 실시하여 최종 3개의 요인을 추출하였다. 추출된 요인의 총 설명

력은 55.044%, KMO값은 0.825, Bartlett의 구형성 검정 통계값은 2,118.315로 $p<0.001$ 에서 유의하여 상관행렬이 요인분석에 적합한 것으로 나타났다.

청소년의 식생활라이프스타일에 관한 문항은 모두 13개로 요인 1은 '음식을 먹을 때 칼로리 및 영양성분을 고려하는 편이다', '식품을 구입할 때 가격대비 품질수준을 체크하는 편이다', '건강을 위해 음식을 가려 먹는다', '식품선택 시 가격이나 맛보다는 안전성을 고려한다', '동일제품의 여러 회사가격을 비교해서 구입하는 편이다', 'HACCP(안전관리인증), GAP(우수관리인증) 제품을 구입하는 편이다'의 6개 문항으로 구성되어 '식생활안전·경제 추구형'으로 명명하였으며, 분산설명력은 30.529%이었다. 요인 2는 '음식을 선택할 때 맛을 중시한다', '새로운 음식을 먹어 보는 것을 좋아

Table 1. Results of factor analysis of food-related lifestyle of adolescents

| Food-related lifestyle | Factor 1 | Factor 2 | Factor 3 |
|--|---------------------|--------------------------|----------|
| When I eat foods, I tend to consider calorie and nutrition. | 0.757 ¹⁾ | | |
| I check the prices versus qualities when I buy foods. | 0.749 | | |
| I select foods for my health. | 0.741 | | |
| When choosing foods, I consider safety rather than price or taste. | 0.732 | | |
| I often buy foods after comparing prices among the same kinds of food produced by different companies. | 0.686 | | |
| I tend to purchase HACCP and GAP certified products. | 0.610 | | |
| I value taste when I choose foods. | | 0.741 | |
| I like to try eating new foods. | | 0.731 | |
| I don't consume foods that may be spoiled. | | 0.637 | |
| I eat breakfast and eat regularly. | | 0.475 | |
| I often use HMR or eating out/delivery foods. | | | 0.790 |
| I lightly eat bread or fruits rather than cooked rice at breakfast. | | | 0.757 |
| I tend to buy small packed products when buying foods. | | | 0.454 |
| I often change the menu because I want a variety of tastes. | | Deleted | |
| Eigen value | 3.969 | 1.655 | 1.532 |
| Variance explain (%) | 30.529 | 12.729 | 11.786 |
| Cumulative variance | 30.529 | 43.258 | 55.044 |
| Kaiser-Meyer-Olkin | | 0.825 | |
| Bartlett test | | 2,118.315 ^{***} | |
| Cronbach's α | 0.828 | 0.573 | 0.641 |

Factor 1: dietary safety · economy-seeking, factor 2: taste-seeking, factor 3: convenience-seeking.

¹⁾ Factor loading>0.4.

*** $p<0.001$.

한다', '상한 것이 의심되는 등 위해가능성이 있는 식품은 아
까워도 섭취하지 않는다', '아침식사를 챙겨먹고 규칙적으로
식사하는 편이다'의 4개 문항으로 구성되어 '미각 추구형'으
로 명명하였으며, 12.729%의 분산설명력을 보였다. 요인 3은
'가정 간편식(HMR)이나 외식/배달음식을 종종 이용한다',
'아침식사는 밥보다는 빵이나 과일 등으로 간단하게 먹는 편
이다', '식품 구입 시 소포장 제품을 구입하는 편이다'의 3개
문항으로 구성되어 '편의 추구형'으로 명명하였으며, 분산설
명력은 11.786%이었다. 각 요인에 대한 Cronbach's α 값은
'식생활안전·경제 추구형'은 0.828, '미각 추구형'은 0.573,
'편의 추구형'은 0.641이었다. Shin YL 등(2021)은 청소년의
식생활라이프스타일을 품질·안전추구형 식생활, 편의 추구
형 식생활, 미각 추구형 식생활로 분류하였으며, You SM 등
(2018)은 유행추구형, 건강추구형, 경제추구형, 안전추구형
의 4개의 요인으로 분류하였는데, 본 연구에서도 유사하게
분류되었다.

2. 청소년의 식생활라이프스타일 요인별 군집분석

군집의 특성을 파악하기 위하여 청소년의 식생활라이프스
타일에 따른 요인점수에 대한 차이검정을 실시한 결과는
Table 2와 같다. 추출된 요인의 유사성이 높은 대상을 집단
으로 분류하기 위해 3개의 세분화된 식생활라이프스타일 요
인을 이용하여 요인점수를 기준으로 하고 군집분석(K-Means
cluster)을 실시하였으며, 본 연구에서는 3개의 요인을 3개의
집단으로 분류하는 것이 바람직한 것으로 판단하였다. 군집
1은 '식생활안전·경제 추구형', '미각 추구형', '편의 추구
형'의 모든 요인에서 부의 값을 보이고 있어 '식생활 저관심
집단'으로 명명하였으며, 206명이 포함되었다. 군집 2는 152
명으로 구성되었으며, '편의 추구형'이 높은 양의 값을 보이
는 반면 '식생활안전·경제 추구형', '미각 추구형'이 낮은
부의 값을 나타내어 '식생활 편의추구 집단'으로 명명하였
다. 군집 3은 264명으로 '식생활안전·경제 추구형'이 가장
높은 양의 값을 보였으며, '미각 추구형'과 '편의추구형'에서
도 유사한 양의 값을 보여 '합리적 식생활추구 집단'으로 명

명하였다. Shin Y 등(2021)은 청소년의 식생활라이프스타일
군집을 편의 추구형 집단, 미각 추구형 집단, 식생활 고관심
집단으로 분류하였으며, You SM 등(2018)은 '유행 추구형
집단', '식생활 고관심 집단', '경제 추구형 집단', '식생활 저
관여 집단'으로 분류하였다. Park KH(2015)는 20~30대 성
인의 식생활라이프스타일 군집을 '소극적 식생활 집단', '적
극적 식생활 집단', '편의성지향 집단', '맛·건강지향 집단'
으로 분류한 결과와 비교할 때 선행연구들과 유사하게 집단
이 분류된 것으로 보인다.

3. 청소년의 식생활라이프스타일 군집에 따른 일반적 특성

청소년의 식생활라이프스타일 군집에 따른 일반적 특성은
Table 3과 같다. 조사대상 청소년의 52.1%는 '남학생', 47.9%
는 '여학생'이었다. 군집에 따라 식생활 저관심 집단의 52.9%
는 '남학생', 47.1%는 '여학생'이며, 합리적 식생활추구 집단의
51.5%는 '남학생', 48.5%는 '여학생'이지만 군집 간 유의
한 차이는 없었다. 그러나 식생활 저관심 집단에서 남성의
비율이 높은 것으로 분석된 Choi EK 등(2019), Yeo GE 등
(2020)의 연구 결과에서와 같이 본 연구에서도 식생활 저관
심 집단의 남학생 비율이 높았다.

조사대상자의 학교유형은 '중학교'가 35.0%, '고등학교'는
65.0%이며, 군집에 따른 유의한 차이는 없었다. 조사대상자
의 거주 지역은 '서울·경기'가 27.8%, '대구·경북'은
22.8%, '호남'은 18.6%, '부산·울산·경남' 11.4%, '충청'과
'강원'이 각각 9.7%의 순으로 나타났다. 군집에 따라 식생활
저관심 집단에는 '대구·경북'이 33.0%, '강원'이 16.5%로 나
타났으며, 식생활 편의추구 집단에는 '서울·경기'가 35.5%,
'대구·경북'이 29.6%, 합리적 식생활추구 집단에는 '서울·
경기'가 31.4%, '호남'이 22.7%로 나타나 군집별 유의한 차
이를 보였다($p < 0.001$). 식생활 편의추구 집단과 합리적 식생
활추구 집단은 서울·경기지역이 높으며, 식생활 저관심 집
단은 비수도권 지역인 '대구·경북'과 '강원' 등에서 높았다.
Park KH(2015)는 라이프스타일을 주위 환경에 의해 영향을

Table 2. Results of cluster analysis according to food-related lifestyle of adolescents

| Classification | Cluster 1 ¹⁾ (n=206) | Cluster 2 (n=152) | Cluster 3 (n=264) | F-value |
|----------------------------------|------------------------------------|----------------------|----------------------|------------|
| Dietary safety · economy-seeking | -0.12696 | -1.01813 | 0.68526 | 62.271*** |
| Taste-seeking | -0.23759 | -0.31230 | 0.36520 | 34.120*** |
| Convenience-seeking | -1.05813 | 0.79154 | 0.36993 | 432.603*** |

¹⁾ Cluster 1: low interest in the diet group, cluster 2: dietary convenience-seeking group, cluster 3: rational dietary-seeking group.

*** $p < 0.001$.

Table 3. General characteristics of adolescents according to food-related lifestyle by cluster

| Variables | | Cluster 1 ¹⁾ (n=206) | Cluster 2 (n=152) | Cluster 3 (n=264) | Total (n=622) | χ^2 -value |
|-------------|---------------------------|------------------------------------|----------------------|----------------------|------------------|-----------------|
| Sex | Male | 109(52.9) ²⁾ | 79(52.0) | 136(51.5) | 324(52.1) | 0.092 |
| | Female | 97(47.1) | 73(48.0) | 128(48.5) | 298(47.9) | |
| School type | Middle school | 74(35.9) | 53(34.9) | 91(34.5) | 218(35.0) | 0.110 |
| | High school | 132(64.1) | 99(65.1) | 173(65.5) | 404(65.0) | |
| Region | Seoul · Gyeonggi | 36(17.5) | 54(35.5) | 83(31.4) | 173(27.8) | 111.369*** |
| | Daegu · Gyeongbuk | 68(33.0) | 45(29.6) | 29(11.0) | 142(22.8) | |
| | Honam | 41(19.9) | 15(9.9) | 60(22.7) | 116(18.6) | |
| | Busan · Ulsan · Gyeongnam | 17(8.2) | 10(6.6) | 44(16.7) | 71(11.4) | |
| | Chungchung | 10(4.9) | 7(4.6) | 43(16.7) | 60(9.7) | |
| | Gangwon | 34(16.5) | 21(13.8) | 5(1.9) | 60(9.7) | |

¹⁾ Cluster 1: low interest in the diet group, cluster 2: dietary convenience-seeking group, cluster 3: rational dietary-seeking group.

²⁾ n(%).

*** $p < 0.001$.

받아 습득한 것으로 타인과는 구별되나, 일관성을 가지고 있으며, 개인의 소비행동을 설명해 줄 수 있는 생활양식으로 정의하였는데, 본 연구에서도 거주지역의 환경이 조사대상자들의 식생활라이프스타일에 영향을 준 것으로 보인다. 지역사회건강조사 자료를 이용하여 12년간의 식생활변화 추이를 분석한 선행연구(Jeong YH 등 2022)에서도 식생활 지표 값이 수도권, 비수도권, 시 지역, 도 지역 모두 연도별 유의적인 차이가 있음을 보고하였는데, 연구자들은 사회적·경제적 환경요인의 차이가 지역별 건강상태 및 개인의 건강 식생활 실천 수준에 영향을 주어 차이가 있는 것으로 보았다.

4. 청소년 식생활라이프스타일 군집별 외식행동

1) 청소년 식생활라이프스타일 군집별 외식 여부, 외식 빈도 및 외식 이유

청소년의 식생활라이프스타일 군집에 따른 외식여부, 외식 빈도 및 외식 이유를 조사한 결과는 Table 4와 같다. 외식 여부를 조사한 결과, 청소년의 74.1%는 ‘예’, 25.9%는 ‘아니오’로 나타났다. 2019년도 청소년의 외식비율(73.6%)과 비교할 때(Seo BY & Her ES 2023), 소폭으로 외식비율이 상승하였다. 군집별로 합리적 식생활추구 집단의 82.6%, 식생활 편의추구 집단의 78.9%, 식생활 저관심 집단의 59.7%가 ‘예’이며, 식생활 저관심 집단의 40.3%, 식생활 편의추구 집단의 21.1%, 합리적 식생활추구 집단의 17.4%가 ‘아니오’로 나타나 외식 여부에서 유의적인 차이를 보였다($p < 0.001$).

외식 여부 조사에서 ‘예’로 응답한 461명의 외식 빈도를 분석한 결과, 조사대상자의 30.4%가 ‘주 2회 이상’ 외식을 하며, 특히 식생활 편의추구 집단(35.0%)이 합리적 식생활추구 집단(28.9%)과 식생활 저관심 집단(28.5%)보다 높은 경향을 보였으나, 전체적으로 군집 간 유의적인 차이는 없었다. 2018년도 식품소비행태조사 자료를 이용한 연구(Lee SJ & Ryu HK 2021)에서 청소년들의 외식 빈도는 1주일에 1회가 27.2%, 1주일에 2회 이상은 25.0%이었는데, 본 조사 시점인 2020년과 비교할 때 청소년들의 외식 빈도가 증가한 것으로 보인다. Lee KI 등(2022)의 연구에서는 외식을 주로 가족과 함께 했던 과거와 달리 청소년의 61.0%가 개인적으로 외식을 하는 것으로 보고되었는데, 이러한 변화가 실제 청소년의 외식 빈도의 증가에 영향을 준 것으로 보인다. 2017~2018년도 국민건강영양조사 자료를 이용한 연구(Kim SY 등 2023)에서는 청소년의 49.3%는 1일 1회 이상, 47.0%는 1주일에 3~6회, 3.7%는 1주일에 3회 미만으로 외식 빈도가 매우 높게 나타나 본 조사결과와 차이를 보였다. 이는 국민건강영양조사에서 외식의 범위를 가정에서 조리한 음식 이외의 외식으로 배달음식, 포장음식을 포함하였기 때문에 나타난 결과로 보인다.

외식 이유를 조사한 결과, 청소년의 58.4%가 ‘맛있는 음식을 즐기기 위해’가 가장 중요한 이유이었다. 군집별로 식생활 저관심 집단과 합리적 식생활추구 집단은 ‘맛있는 음식을 즐기기 위해’(65.0%; 62.8%)가 높게 나타난 반면, 식생활 편의추구 집단에서는 ‘학업 등으로 가정 내 식사가 어려워

Table 4. Status of eating out of adolescents according to food-related lifestyle by cluster

| Variables | | Cluster 1 ¹⁾ (n=206) | Cluster 2 (n=152) | Cluster 3 (n=264) | Total (n=622) | χ^2 -value |
|----------------------------|-------------------------------|------------------------------------|----------------------|----------------------|------------------|-----------------|
| Eating out | Yes | 123(59.7) ²⁾ | 120(78.9) | 218(82.6) | 461(74.1) | 33.987*** |
| | No | 83(40.3) | 32(21.1) | 46(17.4) | 161(25.9) | |
| Frequency of eating out | 2 times ≤/week | 35(28.5) | 42(35.0) | 63(28.9) | 140(30.4) | 2.523 |
| | 1 time/week | 43(35.0) | 34(28.3) | 76(34.9) | 153(33.2) | |
| | 1~2 times/month | 41(33.3) | 39(32.5) | 70(32.1) | 150(32.5) | |
| | ≥1 times/2~3 month | 4(3.2) | 5(4.2) | 9(4.1) | 18(3.9) | |
| | Non-response | 83(-) | 32(-) | 46(-) | 161(-) | |
| Reasons for eating out | To enjoy delicious food | 80(65.0) | 52(43.3) | 137(62.8) | 269(58.4) | 26.973*** |
| | Difficulty in eating at home | 35(28.5) | 43(35.8) | 60(27.5) | 138(29.9) | |
| | Difficulty in preparing meals | 5(4.1) | 18(15.0) | 8(3.7) | 31(6.7) | |
| | For a special days | 3(2.4) | 7(5.9) | 13(6.0) | 23(5.0) | |
| | Non-response | 83(-) | 32(-) | 46(-) | 161(-) | |
| Reasons for not eating out | Expensive price | 47(54.0) | 22(59.5) | 33(60.0) | 102(57.0) | 10.587 |
| | Tasteless | 16(18.4) | 6(16.2) | 8(14.6) | 30(16.8) | |
| | Long waiting time | 4(4.6) | 1(2.7) | 5(9.1) | 10(5.6) | |
| | Nutritional unbalance | 5(5.7) | 0(0.0) | 3(5.5) | 8(4.5) | |
| | Hygiene problem | 4(4.6) | 2(5.4) | 2(3.6) | 8(4.5) | |
| | Use of chemical seasoning | 4(4.6) | 0(0.0) | 2(3.6) | 6(3.3) | |
| | Others | 7(8.0) | 6(16.2) | 2(3.6) | 15(8.4) | |
| | Non-response | 119(-) | 115(-) | 209(-) | 443(-) | |

¹⁾ Cluster 1: low interest in the diet group, cluster 2: dietary convenience-seeking group, cluster 3: rational dietary-seeking group.

²⁾ n(%).

*** $p < 0.001$.

서'(35.8%)와 '식사준비가 귀찮아서'(15.0%)가 높게 나타나 군집 간 유의적인 차이를 보였다($p < 0.001$). Na YS 등(2019)의 연구에서 중학생들의 68.3%는 '맛있는 음식을 즐기기 위해', 23.0%는 '학업 등으로 가정 내 식사가 어려워져서', 4.6%는 '식사준비가 귀찮아서', 4.1%는 '특별한 날 이어서' 외식을 한다고 보고한 결과와 유사한 결과를 보였다. 본 조사에서 청소년들이 맛있는 음식을 즐기기 위해 외식을 한다고 답하였으나, 최근의 연구(Lee JY 등 2023)에 따르면 청소년들이 '음식'을 주제로 하는 먹방 또는 쿡방 등을 시청하면서 음식에 대한 관심이 생기고 이를 먹기 위하여 외식을 하는 것으로 보고되었다. 청소년의 식습관은 미디어의 영향을 받기 쉬우며 영상에 노출된 고칼로리 저영양 식품에 대한 선호도가 높아지게 되고 잘못된 식생활을 따라 하게 될 경향이 높

다(Kim SK 등 2020). 따라서 먹방 등의 방송시청을 통한 야식과 간식 구매 등의 외식행동이 잘못된 외식 소비습관으로 고착되지 않도록 올바른 식품영양정보 선별을 위한 미디어 관련 영양교육이 진행되어야 하겠다.

외식을 하지 않는 청소년들이 외식을 하지 않는 가장 큰 이유는 '값비싼 가격'(57.0%)이며, 그 다음은 '맛이 없음'(16.8%)이었으나, 군집 간 유의적인 차이는 없었다. 이는 중학생이 외식을 하지 않는 이유로 '값비싼 가격'이 76.1%로 나타난 Na YS 등(2019)의 연구와 동일한 결과이겠다.

2) 청소년 식생활라이프스타일 군집별 외식 선택기준, 외식 장소 및 평균 지출비용

청소년의 식생활라이프스타일 군집에 따른 외식 선택기

준, 외식 장소 및 평균 외식비용을 조사한 결과는 Table 5와 같다. 조사대상자의 가장 중요한 외식 선택기준은 ‘음식의 맛’(38.4%)이며, 그 다음은 ‘가격 수준’(26.9%), ‘음식점의 청결도’(13.0%)의 순이었으며, 나머지 조사항목들은 10% 미만으로 나타나 외식선택 시 크게 영향을 주는 요인이 아니었다. 군집별로 비교한 결과, ‘음식의 맛’은 모든 집단에서 중요한 선택 기준이었다. 특히, 식생활 저관심 집단의 42.3%는

‘음식의 맛’을 가장 중요하게 생각하고 있었다. 식생활 편의 추구 집단은 ‘가격수준’(32.5%), ‘메뉴의 다양성’(8.3%), ‘음식의 양’(6.7%)을 다른 두 집단보다 중요하게 생각하며, ‘음식점의 청결도’(16.5%), ‘서비스 정도’(6.9%)는 합리적 식생활 추구 집단이 중요하게 생각하고 있어 군집 간 유의적인 차이를 보였다($p<0.01$). Yun SM 등(2022)의 연구에서도 음식점을 선택할 때 음식의 맛을 가장 많이 고려하고, 그 다음 가

Table 5. Selection criteria of restaurants and expenses of eating out adolescents according to food-related lifestyle by cluster

| Variables | Cluster 1 ¹⁾ (n=206) | Cluster 2 (n=152) | Cluster 3 (n=264) | Total (n=622) | χ^2/F -value |
|------------------------------|---------------------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------|
| Taste of food | 52(42.3) ²⁾ | 46(38.3) | 79(36.4) | 177(38.4) | 26.814** |
| Price | 29(23.6) | 39(32.5) | 56(25.8) | 124(26.9) | |
| Cleanliness | 20(16.3) | 4(3.3) | 36(16.1) | 60(13.0) | |
| Variety of menus | 6(4.9) | 10(8.3) | 14(6.5) | 30(6.5) | |
| Degree of service | 3(2.4) | 2(1.7) | 15(6.9) | 20(4.4) | |
| Amount of food | 5(4.1) | 8(6.7) | 5(2.3) | 18(3.9) | |
| Others | 8(6.5) | 11(9.2) | 13(6.0) | 32(6.9) | |
| Non-response | 83(-) | 32(-) | 46(-) | 161(-) | |
| Place of eating out | 42(34.1) | 63(52.5) | 88(40.4) | 193(41.9) | |
| Restaurant | 65(52.9) | 40(33.3) | 84(38.5) | 189(41.0) | |
| Street foods | 10(8.1) | 9(7.5) | 30(13.8) | 49(10.6) | |
| School canteen | 6(4.9) | 8(6.7) | 16(7.3) | 30(6.5) | |
| Non-response | 83(-) | 32(-) | 46(-) | 161(-) | |
| Kind of restaurants | 23(35.4) | 13(32.5) | 37(44.0) | 73(38.6) | 25.710* |
| Kimbap, snacks | 8(12.3) | 11(27.5) | 12(14.3) | 31(16.4) | |
| Pizza, hamburger, sandwiches | 17(26.2) | 1(2.5) | 10(11.9) | 28(14.8) | |
| Korean foods | 10(15.4) | 4(10.0) | 9(10.7) | 23(12.2) | |
| Korean meat | 2(3.1) | 7(17.5) | 9(10.7) | 18(9.5) | |
| Chicken foods | 4(6.1) | 1(2.5) | 2(2.4) | 7(3.7) | |
| Chinese foods | 1(1.5) | 3(7.5) | 5(6.0) | 9(4.8) | |
| Others | 141(-) | 112(-) | 180(-) | 433(-) | |
| Expense (won) | 31,170.73± 23,000.97 ³⁾ | 33,267.42± 23,647.07 | 33,839.45± 23,324.34 | 32,978.50± 23,299.25 | 0.527 |
| Monthly expense | 6,894.31± 4,268.76 | 7,562.50± 4,057.14 | 7,538.99± 4,493.40 | 7,373.10± 4,323.80 | 1.030 |
| One time expense | | | | | |

¹⁾ Cluster 1: low interest in the diet group, cluster 2: dietary convenience-seeking group, cluster 3: rational dietary-seeking group.

²⁾ n(%).

³⁾ mean±S.D., excluding of non-response.

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

격수준, 음식점 청결도, 메뉴의 다양성 등을 고려하는 것으로 보고되어 본 연구와 같은 결과를 보였다. Choi MK(2018)의 외식할 때의 중요한 선택기준에 대하여 조사대상자의 49.5%가 음식의 맛이라고 응답하였으며, 중학생의 간식 선택기준이 맛과 가격으로 나타난 Kim MH 등(2012)의 연구결과와 동일한 결과이다. 본 연구에서 ‘음식점의 청결도’는 합리적 식생활추구 집단뿐만 아니라 식생활 저관심 집단에서 중요하게 생각하는 선택 기준이었는데 이는 본 조사가 진행된 2020년에 발생한 COVID-19와 관련이 있다. 실제 Kim BJ 등(2023)은 COVID-19 기간 청소년들의 안전과 건강에 대한 관심이 증대하였으며, 식생활의 변화가 진행되었음을 보고하였다.

조사대상자의 외식 장소는 ‘편의점’(41.9%), ‘식당’(41.0%), ‘포장마차, 푸드트럭 등 길거리’(10.6%), ‘학교 매점’(6.5%)의 순이었다. 군집별 비교결과, 식생활 편의추구 집단의 52.5%는 ‘편의점’, 식생활 저관심 집단의 52.9%는 ‘식당’, 합리적 식생활추구 집단은 ‘편의점’이 40.4%, ‘식당’이 38.5%로 유사한 비율로 나타나 군집 간 유의적인 차이를 보였다($p < 0.05$). Lee SJ & Ryu HK(2021)의 연구에서 청소년들의 외식 장소로 편의점이 가장 높다고 하였으며, 전주지역 일부 청소년의 편의점 이용실태 조사(Kim SY 2021)에서도 조사대상자의 74.4%가 매일 1회 이상 편의점을 이용하는 것으로 보고되었다. Lee SK 등(2019)은 중·고등학생들은 간편해서, 맛이 좋아서 편의점에서 편의식을 구매하는 것으로 보고하였다. 최근 편의점의 수가 증가하고 접근성이 높아지면서 청소년들이 음식점이 아닌 편의점에서 식사와 간식을 해결하는 경우가 늘어나고 있는 추세이다(Kim EM 등 2019). 실제 Park SK & Lee JH(2020)의 보고에 따르면 청소년들이 섭취한 편의식품의 종류는 면류, 김밥류, 음료수, 샌드위치, 과자의 순이었다. 그러나 편의점 이용 빈도가 증가할수록 라면, 달고 기름진 빵, 가당 음료 및 카페인 함유 음료 등의 섭취빈도가 증가하고 영양불균형으로 이어질 수 있으므로(Kim SY 2021) 청소년들의 편의점 이용 및 올바른 식품 선택 방법에 대한 교육과 생활지도가 필요하겠다.

외식을 가장 많이 하는 식당은 ‘분식점 및 김밥 전문점’(38.6%)이었다. 군집별로는 합리적 식생활추구 집단은 ‘분식점 및 김밥 전문점’(44.0%)을 가장 많이 이용하며, 식생활 편의추구 집단은 다른 두 군집보다 ‘피자, 햄버거, 샌드위치 전문점’(27.5%)과 ‘치킨 전문점’(17.5%)을 많이 이용하며, 식생활 저관심 집단은 ‘한식음식점’(26.2%)과 ‘한식 육류 전문점’(15.4%)을 많이 이용하고 있는 것으로 나타나 군집 간 유의적인 차이를 보였다($p < 0.05$). 이는 청소년들이 방과 후 또는 학원 등을 가는 동안 간편하게 식사를 해결하기 위하여 분식점 및 김밥 전문점을 많이 이용하는 것으로 보인다.

Choi EJ & Choi MK(2020)의 연구에서 고등학생들이 외식 시 주로 이용하는 곳으로 패스트푸드점이 25.2%로 나타났는데 본 연구에서도 유사한 결과를 보였다. 특히, 청소년들의 식생활라이프스타일이 편의추구 성향이 높을수록 패스트푸드 소비가 높게 나타났다는 Oh SC & Jang JS(2015)의 연구결과와 동일한 결과를 보였다. 식생활 저관심 집단에서 일반한식 음식점과 한식 육류요리 전문점 이용이 다른 집단보다 높은 것은 본인이 친구들과 함께 방문하기보다는 가족과 함께하는 외식으로 생각된다.

월 평균 외식비용은 32,978.50원이며, 1회 평균 지출 비용은 7,373.10원으로 조사되었으나, 군집 간 유의한 차이는 없었다. 그러나 2019년도 1회 평균 외식 지출비용이 7,003원으로 보고된 결과와 비교(Seo BY & Her ES 2023)할 때 외식 비용은 소폭 상승한 것으로 보인다.

5. 청소년 식생활라이프스타일 군집별 배달 및 테이크아웃 이용실태

1) 청소년 식생활라이프스타일 군집별 배달 및 테이크아웃 이용 여부, 이용 빈도 및 이용 이유

청소년의 식생활라이프스타일 군집에 따른 배달 및 테이크아웃 이용 여부, 이용 빈도 및 이용 이유를 조사한 결과는 Table 6과 같다. 조사대상 청소년의 46.3%는 배달 및 테이크아웃을 이용하지 않으나, 53.7%는 이용하고 있었다. 이 중 21.7%는 ‘배달과 테이크아웃 모두 이용’하며, 18.8%는 ‘테이크아웃만 이용’, 13.2%는 ‘배달만 이용’하고 있었다. 2019년 청소년의 배달 및 테이크아웃 이용 비율은 53.5%이었는데(Seo BY & Her ES 2023), 이 결과를 볼 때 2020년도 청소년의 배달 및 테이크아웃 이용실태는 전년도와 유사한 것으로 보인다. 그러나 군집별로는 합리적 식생활추구 집단이 가장 많이 이용하고 있으며(64.0%), 그 다음은 식생활 편의추구 집단(52.6%), 식생활 저관심 집단(41.3%)의 순이었다. 이 중 합리적 식생활추구 집단의 28.0%는 ‘배달과 테이크아웃 모두 이용’, 20.8%는 ‘테이크아웃만 이용’, 15.2%는 ‘배달만 이용’하고 있었다. 반면, 식생활 편의추구 집단은 ‘테이크아웃만 이용’이 다른 두 집단보다 높았으나 식생활 저관심 집단은 낮은 이용실태를 보여 군집 간 유의적인 차이를 보였다($p < 0.001$). Jae MK 등(2017)의 연구에 따르면 연령대에 따라 외식과 배달 및 테이크아웃 이용수준의 유의적인 차이가 있다고 보고하였으며, 특히 20대로 갈수록 외식과 배달 및 테이크아웃을 모두 이용하는 비율이 높다고 하였다. Kim HC & Kim MR(2019)의 2017년 식품소비행태조사 자료를 이용한 연구에서는 배달 또는 테이크아웃 음식 이용자는 비이용자에 비해 편의추구와 미각 추구 경향이 높다고 하였는데 본

Table 6. Status of meal delivery and take-out of adolescents according to food-related lifestyle by cluster

| Variables | | Cluster 1 ¹⁾ (n=206) | Cluster 2 (n=152) | Cluster 3 (n=264) | Total (n=622) | χ^2 -value |
|--|-------------------------------|------------------------------------|----------------------|----------------------|------------------|-----------------|
| Status of use of meal delivery & take-out | Both used | 31(15.0) ²⁾ | 30(19.7) | 74(28.0) | 135(21.7) | 26.637*** |
| | Only take-out | 30(14.6) | 32(21.1) | 55(20.8) | 117(18.8) | |
| | Only delivery | 24(11.7) | 18(11.8) | 40(15.2) | 82(13.2) | |
| | Not used | 121(58.7) | 72(47.4) | 95(36.0) | 288(46.3) | |
| Frequency of using meal delivery | 2 times≤/week | 4(7.3) | 2(4.2) | 3(2.6) | 9(4.1) | 10.452 |
| | 1 time/week | 8(14.5) | 17(35.4) | 27(23.7) | 52(24.0) | |
| | 1~2 times/month | 38(69.1) | 28(58.3) | 71(62.3) | 137(63.1) | |
| | ≥1 time/2~3 month | 5(9.1) | 1(2.1) | 13(11.4) | 19(8.8) | |
| | Non-response | 151(-) | 104(-) | 150(-) | 405(-) | |
| Frequency of using meal take-out | 2 times≤/week | 7(11.6) | 14(22.7) | 15(11.6) | 36(14.3) | 9.443 |
| | 1 time/week | 22(36.1) | 27(43.5) | 59(45.7) | 108(42.9) | |
| | 1~2 times/month | 28(45.9) | 18(29.0) | 42(32.6) | 88(34.9) | |
| | ≥1 time/2~3 month | 4(6.6) | 3(4.8) | 13(10.1) | 20(7.9) | |
| | Non-response | 145(-) | 90(-) | 135(-) | 370(-) | |
| Reasons for using meal delivery & take-out | Enjoy delicious food | 51(60.0) | 49(61.2) | 118(69.8) | 218(65.3) | 14.031* |
| | Difficulty in eating at home | 16(18.8) | 19(23.8) | 22(13.0) | 57(17.1) | |
| | Difficulty in preparing meals | 9(10.6) | 11(13.8) | 23(13.6) | 43(12.8) | |
| | For a special days | 9(10.6) | 1(1.2) | 6(3.6) | 16(4.8) | |
| | Non-response | 121(-) | 72(-) | 95(-) | 288(-) | |
| Reasons for not using meal delivery & take-out | Expensive price | 56(43.8) | 39(51.3) | 47(41.2) | 142(44.7) | 30.239*** |
| | Tasteless | 18(14.1) | 18(23.7) | 13(11.4) | 49(15.4) | |
| | Long waiting time | 13(10.2) | 7(9.2) | 26(22.8) | 46(14.5) | |
| | Large portion of food | 5(3.9) | 5(6.8) | 3(2.7) | 13(4.1) | |
| | Hygiene problem | 8(6.3) | 2(2.6) | 4(3.5) | 14(4.4) | |
| | Use of chemical seasonings | 7(5.5) | 1(1.3) | 9(7.9) | 17(5.3) | |
| | Nutritional unbalance | 5(3.9) | 0(0.0) | 6(5.3) | 11(3.5) | |
| | Others | 16(12.5) | 4(5.3) | 6(5.3) | 26(8.2) | |
| | Non-response | 78(-) | 76(-) | 150(-) | 304(-) | |

¹⁾ Cluster 1: low interest in the diet group, cluster 2: dietary convenience-seeking group, cluster 3: rational dietary-seeking group.

²⁾ n(%).

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

연구에서는 합리적 식생활추구 집단에서 배달 및 테이크아웃 모두 이용하는 비율이 높게 나타나 선행연구와 차이를 보였다. 그러나 Heo SJ & Bae HJ(2020)의 식생활라이프스타일에 따른 배달음식 소비성향연구에 따르면 식생활 저관심군

은 배달음식 주문빈도가 낮으며 배달 어플 및 고객리뷰 등의 활용 정도가 낮다고 하였는데 본 연구의 식생활 저관심 집단에서 같은 결과를 확인하였다.

배달 이용 빈도는 군집 간 유의적인 차이는 없었으나 조

사대상자의 63.1%가 ‘월 1~2회’ 이용하고 있었다. 테이크아웃 이용 빈도도 군집 간 유의적인 차이는 없으나, 조사대상자의 42.9%가 ‘주 1회’ 이용하고 있었다. 배달 및 테이크아웃 이용 이유를 조사한 결과, 조사대상자의 65.3%가 ‘맛있는 음식을 즐기기 위해’로 나타났는데, 이는 모든 집단에서 가장 중요한 이유로 나타났다(60.0%; 61.2%; 69.8%). 이외에 ‘학업 등으로 가정 내 식사가 어려워’는 식생활 편의추구 집단(23.8%)에서 높게 나타나 군집 간 유의적인 차이를 보였다($p<0.05$). Shin YL 등(2021)의 연구에서도 식생활 고관심 집단에서 맛있는 음식을 즐기기 위해 배달 및 테이크아웃을 가장 많이 이용하고 있으며, 편의 추구형 집단에서는 학업 등으로 가정 내 식사가 어려워 이용한다는 답변 비율이 높게 나타나 동일한 결과를 보였다.

배달 및 테이크아웃을 이용하지 않는 가장 큰 이유는 ‘값비싼 가격’ 때문이었다. 군집별로 식생활 편의추구 집단에서 ‘값비싼 가격’(51.3%)과 ‘맛이 없음’(23.7%)이 높았으며, 합리적 식생활추구 집단에서는 ‘오랜 대기시간’(22.8%)이 높게 나타나 유의적인 차이를 보였다($p<0.001$). Han AR 등(2021)의 도시락 선택속성 연구에 따르면 소득이 낮은 싱글 남성이 저렴하고 양이 많은 도시락을 선호하며 별도의 배달 비용지출에 대한 부담 때문에 배달주문보다는 편의점에서 직접 도시락을 구매한다고 보고하였다. 본 조사에 참여한 청소년들도 음식 값에 추가되는 배달비용의 부담 때문에 배달음식을 이용하지 않는 것으로 보인다.

2) 청소년 식생활라이프스타일 군집별 배달 및 테이크아웃 음식 선택기준, 주문 메뉴의 종류 및 평균 지출비용

청소년의 식생활라이프스타일 군집에 따른 배달 및 테이크아웃 음식 선택기준, 주문 메뉴의 종류 및 평균 지출비용을 조사한 결과는 Table 7과 같다. 조사대상자의 테이크아웃 음식 선택기준은 ‘음식의 맛’(45.8%), ‘가격 수준’(23.7%), ‘배달/음식준비의 신속성’(12.9%)의 순이며, 다른 항목들은 10% 미만으로 낮게 고려하고 있었다. 군집별로 ‘음식의 맛’은 합리적 식생활추구 집단(49.1%)이 가장 높으며, ‘가격수준’은 식생활 저관심 집단이 높게 나타났다. ‘배달/음식준비의 신속성’과 ‘업체 신뢰도’는 합리적 식생활추구 집단에서 각각 14.8%, 10.1%로 높게 나타나 군집 간 유의적인 차이를 보였다($p<0.01$). 선행연구(Kim HJ & Kim YK 2020; Yun SM 등 2022)에서 청소년들은 식품 구매 시 가격, 맛, 안전성, 건강의 순으로 고려하며, 테이크아웃 메뉴 선택 시 가장 고려하는 요인은 음식의 맛이며, 배달음식 선택 시에는 음식준비의 신속성을 고려하는 보고되었다. 그러나 본 조사에서 합리적 식생활추구 집단의 경우 업체의 신뢰도를 다른 집단보다 더 고려하였는데, 이는 COVID-19 발생 이후 높아진 청소년

들의 식품안전에 대한 관심 때문으로 보인다(Jeong HA 등 2023).

주로 주문하는 메뉴의 종류는 군집 간 유의한 차이는 없으나 닭튀김, 닭 강정, 찜닭 등의 ‘닭 요리’(42.5%)를 가장 많이 주문하고 있으며, 그 다음은 ‘햄버거, 샌드위치’(17.7%), ‘김밥 및 분식류’(15.6%), ‘피자’(11.1%), ‘보쌈족발’(5.7%), ‘중국음식’(5.4%)의 순이었다. Kim HC & Kim MR(2019)의 연구에서도 배달 또는 테이크아웃을 통해 주로 이용하는 메뉴의 종류는 치킨·강정·찜닭이 40.5%, 중국음식 20.1%, 보쌈·족발이 12.4%, 피자 11.7%의 순이었으며, Song HE 등(2018)의 연구에서 주부들이 주로 주문하는 배달음식의 종류는 치킨메뉴(52.6%)와 중국음식(20.7%)이었다. 그러나 Kim MH & Yeon JY(2021)의 대학생들이 주문하는 배달음식은 치킨류, 분식류, 피자, 패스트푸드, 중화요리의 순이었다. 이러한 결과를 볼 때 청소년들은 성인들과 달리 치킨메뉴 이외에 햄버거, 샌드위치, 김밥 등의 저렴한 가격의 식사대용 음식을 주문하는 것으로 보인다.

월 평균 배달 및 테이크아웃 비용은 26,616.77원이며, 1회 평균 지출 비용은 9,100.60원으로 나타났으나, 군집 간 유의한 차이는 없었다.

요 약

본 연구는 2020년 청소년 대상 식품소비행태조사 원시자료를 이용하여 총 622명 청소년들의 식생활라이프스타일 유형에 따른 외식행동과 배달 및 테이크아웃 이용실태를 분석하였다. 식생활라이프스타일은 3개의 군집으로 분류하였으며, 군집 1은 식생활 저관심 집단, 군집 2는 식생활 편의추구 집단, 군집 3은 합리적 식생활추구 집단으로 명명하였다. 군집에 따라 거주 지역($p<0.001$), 외식 여부($p<0.001$), 외식 이유($p<0.001$), 외식선택 기준($p<0.01$), 외식 장소($p<0.05$), 식당 종류($p<0.05$)가 유의적인 차이를 보였다. 식생활 저관심 집단은 외식을 가장 적게 하며, 외식선택 시 ‘음식의 맛’이 가장 중요한 요인이며, ‘분식점 및 김밥전문점’ 외에 ‘한식음식점’을 주로 이용하였다. 식생활 편의추구 집단은 식생활 저관심 집단보다 더 외식을 하고 있으며, 외식하는 주 이유는 ‘학업 등으로 가정 내 식사가 어려워’이며, ‘편의점’ 이용이 가장 높으며, ‘피자, 햄버거, 샌드위치 전문점’과 ‘치킨 전문점’ 이용이 높았다. 합리적 식생활 추구집단은 군집 중 외식을 가장 많이 하고, 외식선택 시 ‘음식점 청결도’가 중요하며, ‘편의점’, ‘학교 매점’에서 외식을 하고, ‘분식점 및 김밥전문점’을 가장 많이 이용하였다. 배달 및 테이크아웃 이용실태에서는 군집에 따라 이용 여부($p<0.001$), 이용 이유($p<0.05$), 이용하지 않는 이유($p<0.001$), 음식 선택기준($p<$

Table 7. Selection criteria of menus and expenses of meal delivery and take-out of adolescents according to food-related lifestyle by cluster

| Variables | Cluster 1 ¹⁾ (n=206) | Cluster 2 (n=152) | Cluster 3 (n=264) | Total (n=622) | χ^2/F -value | |
|-----------------------------|------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------|-------------------------|-------------------------|----------|
| Selection criteria of foods | Taste of food | 35(41.2) ²⁾ | 35(43.8) | 83(49.1) | 153(45.8) | 23.418** |
| | Price | 31(36.5) | 24(30.0) | 24(14.2) | 79(23.7) | |
| | Speed of delivery | 9(10.5) | 9(11.2) | 25(14.8) | 43(12.9) | |
| | Reliability of restaurant | 4(4.6) | 3(3.8) | 17(10.1) | 24(7.2) | |
| | Healthy menus | 2(2.4) | 1(1.2) | 8(4.7) | 11(3.2) | |
| | Others | 4(4.7) | 8(10.0) | 12(7.1) | 24(7.2) | |
| | Non-response | 121(-) | 72(-) | 95(-) | 288(-) | |
| Mainly ordered menus | Chicken menus | 40(47.1) | 35(43.8) | 67(39.6) | 142(42.5) | 15.114 |
| | Burger, sandwiches | 12(14.1) | 18(22.5) | 29(17.2) | 59(17.7) | |
| | Kimbap, snacks | 15(17.6) | 14(17.5) | 23(13.6) | 52(15.6) | |
| | Pizza | 11(12.9) | 8(10.0) | 18(10.7) | 37(11.1) | |
| | Bossam, Jokbal | 4(4.7) | 2(2.5) | 13(7.7) | 19(5.7) | |
| | Chinese menus | 3(3.5) | 3(3.8) | 12(7.1) | 18(5.4) | |
| | Others | 0(0.0) | 0(0.0) | 7(4.1) | 7(2.1) | |
| Non-response | 121(-) | 72(-) | 95(-) | 288(-) | | |
| Expense (won) | Monthly expense | 24,094.12± 17,998.43 ³⁾ | 25,725.00± 153,585.60 | 28,307.69± 24,392.32 | 26,616.77± 21,042.39 | 1.230 |
| | One time expense | 8,711.76± 7,143.67 | 8,232.50± 4,568.10 | 9,707.10± 9,261.18 | 9,100.60± 7,842.25 | 1.101 |

¹⁾ Cluster 1: low interest in the diet group, cluster 2: dietary convenience-seeking group, cluster 3: rational dietary-seeking group.

²⁾ n(%).

³⁾ Mean±S.D., excluding of non-response.

** $p < 0.01$.

0.01)에서 유의적인 차이를 보였다. 식생활 저관심 집단은 배달 및 테이크아웃 이용을 가장 적게 하며, 선택 기준은 ‘음식의 맛’과 ‘가격’이 가장 중요하며, 이용하지 않는 가장 큰 이유는 ‘비싼 가격’ 때문이었다. 식생활 편의추구 집단은 ‘학업 등으로 가정 내 식사가 어려워져서’ 배달 및 테이크아웃을 이용하지만, 이용하지 않는 이유는 ‘비싼 가격’과 ‘맛없음’ 때문이었다. 합리적 식생활추구 집단은 배달 및 테이크아웃을 가장 많이 이용하며, ‘음식의 맛’과 ‘배달/음식준비의 신속성’, ‘음식점 신뢰도’가 중요한 선택요인이지만, 이용하지 않는 이유는 ‘비싼 가격’과 ‘긴 대기시간’ 때문이었다.

이상의 결과, 2020년도 식품소비행태조사에 참여한 청소년들의 식생활라이프스타일 군집에 따라 외식행동과 배달 및 테이크아웃 이용실태의 차이를 보였다. 특히, 합리적 식생활추구 집단이 외식과 배달 및 테이크아웃 이용이 높으며

음식점의 청결도와 배달 업체의 신뢰도를 더 고려하는 등 다른 군집과 차이를 보였다. 본 연구의 조사시점은 COVID-19가 발생한 시기로 청소년들의 식생활라이프스타일에 COVID-19가 영향을 준 것으로 보인다. 따라서 추후 COVID-19 전후 비교 연구를 통하여 청소년들의 외식행동과 배달 및 테이크아웃 이용의 변화를 보다 심도 있게 분석할 필요가 있겠다.

REFERENCES

Choi EJ, Choi MK (2020) Eating out status according to skipping and type of breakfast among male high school students in Incheon. *Korea J Community Nutr* 25(2): 102-111.

- Choi EK, Cho MS, Oh JE (2019) Consumer perception and attitudes towards sugar reduced beverages according to the food-related lifestyle: Focusing on the physical and environmental factors of sugar reduced beverage. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 48(9): 1027-1038.
- Choi MK (2018) Analysis of foodservice value system using the Consumer Behavior Survey for Food 2016. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 47(3): 337-346.
- Choi SA, Chung SS, Rho JO (2023) A prediction model for adolescents' skipping breakfast using the CART algorithm for decision trees: 7th (2016-2018) Korea National Health and Nutrition Examination Survey. *J Nutr Health* 56(3): 300-314.
- Choi SA, Rho JO (2023) Analysis of dietary behavior and sustainable dietary life competency in families according to parents' dietary lifestyle: Using the 2021 Korea Consumer Behavior Survey for Food. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 52(11): 1179-1190.
- Han AR, Chung SS, Rho JO (2021) Studies of selection attributes for lunch boxes (dosirak) using conjoint analysis among single men. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 50(8): 884-893.
- Heo SJ, Bae HJ (2020) Analysis of the consumption pattern of delivery food according to food-related lifestyle. *J Nutr Health* 53(5): 547-561.
- Jae MK, Jeon HR, Lee YA (2017) Difference analysis of consumers for dietary life consumption behavior based on eating out and delivering or taking out food service. *Journal of Consumption Culture* 20(3): 27-50.
- Jang HJ (2021) The effect of food-related lifestyle of middle-aged on satisfaction and word-of-mouth for meal kits. *Culi Sci & Hos Res* 27(11): 72-82.
- Jeong HA, Choi SA, Rho JO (2023) A study on the food-related health perception and the status of use of food labeling items according to the concerns on food safety of adolescents - Using the Consumption Behavior Survey for Food in 2020. *J East Asian Soc Diet Life* 33(6): 512-523.
- Jeong YH, Kim HY, Lee HY (2022) Trends in dietary behavior changes by region using 2008~2019 Community Health. *Korean J Community Nutr* 27(2): 132-145.
- Kim BJ, Choi SA, Rho JO (2023) Dietary life among Korean adolescents before COVID-19 (2018~2019) and during COVID-19 (2020~2021): Data analysis of the 2018~2021 Youth Consumer Behavior Survey for Food. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 52(6): 640-650.
- Kim EM, Choi MK, Kim MH (2019) Association between frequency of convenience foods use at convenience stores and dietary quality among high school students in Incheon. *J Nutr Health* 52(4): 383-398.
- Kim HS, Huh IJ, Lee SY (2020) A study on the utilization and satisfaction of commercially available lunchbox by dietary lifestyle. *Korean J Community Nutr* 25(4): 267-279.
- Kim HC, Kim MR (2019) Analysis of the consumption behaviors and factors determining the use of delivery or take-out foods. *J East Asian Soc Diet Life* 29(3): 168-179.
- Kim HJ, Kim YK (2020) Impact of the environmental factors on adolescents' food purchasing attitudes. *Journal of Korean Home Economics Education Association* 32(2): 43-58.
- Kim MH, Seo JS, Choi MK, Kim EY (2012) A study on dietary habit and eating snack behaviors of middle school students with different obesity indexes in Chungnam area. *Korean J Food Nutr* 25(1): 105-115.
- Kim MH, Yeon JY (2021) Change of dietary habits and the use of home meal replacement and delivered foods due to COVID-19 among college students in Chungcheong province, Korea. *J Nutr Health* 54(4): 383-397.
- Kim SK, Kim JY, Kim HK, An ST, Lim YJ, Park HS (2020) Association between food-related media program watching and dietary behaviors in Korean adolescents. *Korean Public Health Research* 46(3): 31-46.
- Kim SY (2021) A study of food behavior and food purchasing behavior of high school students according to frequency of use of convenience stores in Jeonju area. MS Thesis Jeonbuk National University, Jeonju. pp 25-50.
- Kim SY, Choi SA, Rho JO (2023) A study on the status of dietary behavior and nutrient intakes according to the gender and the level of physical activity of adolescents: Using the 7th (2017-2018) Korea National Health and Nutrition Examination Survey. *J Nutr Health* 56(6): 683-701.
- Kim YH (2016) Adulterated food management characteristics according to dietary lifestyles among adolescents. *Korean J Community Nutr* 21(6): 509-519.
- KREI (2022) 2020 Consumption Behavior Survey for Food. <https://www.krei.re.kr> (accessed on 20. 5. 2022).
- Lee JY, Chung SS, Rho JO (2023) A study on the weight control behavior according to cluster types of the motivation to use social media among university students in the Jeonbuk area. *J Nutr Health* 56(2): 203-216.

- Lee JE, Rho JO (2020) Study on the snack meal management for infants and toddlers and the demand for snack products according to the sustainable dietary style of mothers in Jeonbuk area. *J Nutr Health* 53(1): 39-53.
- Lee KI, Kim SH, Shin SY, Shim HH, Park IH (2022) The Consumer Behavior Survey for Food 2021. Korea Rural Economic Institute, Korea. pp 401-415.
- Lee KJ, Lee SY (2021) A study on the utilization and satisfaction of meal-kits by food-related lifestyle. *Journal of Home Economics Education Research* 33(4): 15-30.
- Lee SJ, Ruy HK (2021) Dietary lifestyle status of adolescents: Analysis of large-scale survey data in Korea. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 50(1): 95-111.
- Lee SK, Choi MK, Kim MH (2019) Study on middle and high school students' use of convenience foods at convenience stores in Incheon. *Korean J Community Nutr* 24(2): 137-151.
- Na YS, Jeon ER, Jung LH (2019) Study on the eating out behavior of middle school students. *J Korean Soc Food Cult* 34(3): 284-295.
- Oh MH, Hong KE, Kim SE (2019) Relationship among the use of food-related content, dietary behaviors, and dietary self-efficacy of high school students in Seoul and Gyeonggi areas. *J Nutr Health* 52(3): 297-309.
- Oh SC, Jang JS (2014) The effects of food-related lifestyle on carbonated beverage consumption behavior of the middle school students. *Korean J Food Nutr* 27(6): 1043-1050.
- Oh SC, Jang JS (2015) The relationship of food-related lifestyle type and fast food consumption behaviors of the middle school students. *Korean J Food Nutr* 28(1): 119-125.
- Park KA, Lee MS, Song KH (2019) Relationship between dietary behaviors and life stress of middle school students in Gyeonggi area. *Korean J Community Nutr* 24(5): 384-394.
- Park KH (2015) Differences in diet-related attitudes and demographics type of food-lifestyle: Focused on adults in their 20s and 30s. *Fam Environ Res* 53(6): 655-665.
- Park SK, Lee JH (2020) Factors influencing the consumption of convenience foods among Korean adolescents: Analysis of data from the 15th (2019) Korean Youth Risk Behavior Web-based Survey. *J Nutr Health* 53(3): 255-270.
- Seo BY, Her ES (2023) Changes in dietary behavior and lifestyle of Korean adolescents by COVID-19. *Journal of The Korean Society of Industry Convergence* 26(5): 793-802.
- Shin YL, Kyung MS, Baek SY, Ham SN (2021) Restaurant meal delivery and take-out consumption behavior according to adolescents' food-related lifestyles. *J East Asian Soc Diet Life* 31(3): 172-181.
- Song HE, Lee SY, Rho JO (2018) Study on the relationship between the eating out behavior of family and a low-salt management by housewives in Jeonju area. *J Korean Soc Food Cult* 33(2): 95-103.
- Sul HK, Lee SH, Jun JK (2007) An exploratory study on dietary behavior in lifestyle. *Journal of Foodservice Management Society of Korea* 10(2): 267-284.
- Yeo GE, Lee KW, Lee EY, Jeon YW, Lee JO, Oh JE, Cho MS (2020) Selection attributes of non-timber forest products and consumer attitudes among food-related lifestyle segmentation. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 49(10): 1152-1160.
- You SM, Ahn SE, Oh HI, Oh JE (2018) Effect of food-related lifestyle on beverage selection attributes of adolescents. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 47(6): 649-656.
- Yun SM, Park HJ, Park DH (2022) A study on dine-out expenditure behaviors & selection attributes for single-person households using social network analysis. *Korean Journal of Hospitality and Tourism* 31(6): 87-101.

Date Received May 20, 2024
 Date Revised Aug. 16, 2024
 Date Accepted Aug. 20, 2024