

지속가능한 식생활에 대한 식생활 전문가와 식품 전공 대학생의 인식 비교

양은서¹ · 윤보람^{2*}

¹국립순천대학교 교육대학원 영양교육전공 석사, ²국립순천대학교 식품영양학과 부교수

Perceptions of Sustainable Dietary Practices - A Comparison Between Food and Nutrition Professionals and Food-Related Major Students in South Korea -

Eunseo Yang¹ and Borham Yoon^{2*}

¹Master, Major in Nutrition Education, Graduate School of Education, Suncheon National University, Suncheon 57922, Republic of Korea

²Associate Professor, Dept. of Food Science and Nutrition, Suncheon National University, Suncheon 57922, Republic of Korea

ABSTRACT

This study examined the differences in the perceptions of sustainable dietary practices, as well as the perceived importance and actual performance of these practices, between food and nutrition professionals and students majoring in food-related fields in South Korea. An online survey was administered in October, 2024 to 70 professionals and 107 students. The data were analyzed using descriptive statistics and independent sample *t*-tests. The overall understanding of sustainable diets was moderate (M=3.46), with the highest scores observed in the health domain (M=3.80), followed by environment (M=3.65) and society (M=3.33). Across the three dimensions, the professionals showed significantly higher levels of recognition than the students, with a significant difference observed in overall understanding ($p<0.05$). Although the perceived importance of sustainable dietary practices was generally high in both groups, distinct domain-specific patterns emerged. Professionals placed greater emphasis on the health and environmental domains, whereas students prioritized the societal domain following health. In terms of performance, professionals reported higher engagement in health- and environment-related practices, while the students showed relatively higher performance in societal practices. These findings highlight distinct patterns in how professionals and students perceive and practice sustainable dietary behaviors, suggesting the need for tailored educational approaches.

Key words: sustainability, professional-student differences, health, dietary behaviors, nutrition education

서론

기후변화, 사회·경제적 불평등 등 현대 사회가 직면한 위기 상황을 극복하는 것은 인류의 지속 가능한 생존을 위한 필수 과제이다. 이러한 복합적인 문제를 해결하기 위한 접근법으로 지속가능발전(sustainable development) 개념이 등장하였다. 세계환경개발위원회(World Commission on Environment and Development; WCED)의 ‘우리 공동의 미래’ 보고서를 통해 ‘현재 세대의 필요를 충족하면서도 미래 세대가 그들의 필요를 충족할 수 있는 능력을 저해하지 않는 발전’으로 정의되었다(WCED 1987). 지속가능발전은 환경적 지속가능성, 경제적 번영, 사회적 형평성을 조화롭게 추구하는 통합적 접근법이며, United Nations(UN)이 제시한 지속가능발전목표

(sustainable development goals; SDGs)를 통해 전 세계적인 아젠다로 자리 잡았다(UN 2015). SDGs는 지속가능발전을 실현하기 위한 구체적인 행동 계획을 제시하며, 이 중 제2목표는 기아 종식, 식량안보 확보, 영양 상태 개선 및 지속가능한 농업 증진을 목표로 한다. 이를 실현하기 위해 우리나라 농림축산식품부는 제3차 식생활교육 기본계획(Ministry of Agriculture 2020)을 수립하였으며, 이를 통해 지속가능한 식생활 개념이 공식적으로 도입되었다.

지속가능한 식생활은 식품의 선택, 보관, 조리, 섭취, 폐기 등 푸드 시스템의 전 과정에서 건강, 환경, 배려의 가치를 실천하는 식생활을 의미한다(Ministry of Agriculture 2020). 이는 단순히 건강을 위한 균형 잡힌 식사에서 나아가, 환경 보호와 사회적 배려를 포괄하는 개념으로 확장되었다(Yang ES & Yoon B 2024a). 지속가능한 식생활은 지속가능성의 세 가지 핵심 개념인 사회, 경제, 환경을 식생활 차원에서 반영하는 것으로, 다양한 환경·사회 문제에 대응하기 위한 중요한

* Corresponding author : Borham Yoon, Tel: +82-61-750-3658, Fax: +82-61-750-3650, E-mail: byoon@sncu.ac.kr

전략으로 평가된다.

지속가능한 식생활과 관련된 선행 연구는 크게 지속가능한 식생활 활성화 방안과 실태 연구로 나뉜다. 활성화 방안 연구로는 Oh HS & Lee SW(2024)의 채식급식 프로그램 개발, Kwon HI & Lee YM(2023)의 텃밭활동 프로그램 개발, Kim JW 등(2020)의 식생활 교육 플랫폼 구축 연구가 있으며, 주로 학생을 대상으로 한 교육 프로그램 개발이 중심을 이루고 있다. 또한 Lee KA(2022)의 실과 교육과정 및 교과서 분석 연구처럼 지속가능한 식생활 교육의 내용적 측면을 분석한 연구도 진행되고 있다. 실태 연구로는 학생(Kim JW 2022; Hong SA 등 2023), 교사(Lee Y & Kim JW 2022; Lee SL 등 2024), 영양사 또는 영양교사(Yi NY 2017; Chung MJ 2021; Yang ES & Yoon B 2024b), 중년 여성과 부모(Chang HJ 2018; Choi SA & Rho JO 2023) 등 다양한 집단을 대상으로 지속가능한 식생활에 대한 인식 및 수행도를 조사한 연구들이 수행되었다.

이러한 연구는 해외에서도 활발히 이루어지고 있다. 호주 의 food education and sustainability training(FEAST) 프로그램은 초등학교의 건강한 식습관과 지속가능한 식품 선택을 촉진하는 교육 효과를 평가하였으며, 그 결과 학생들의 채소 섭취가 증가하고 음식물쓰레기가 감소하는 긍정적인 변화를 확인하였다(Karpouzis F 등 2024). 영국에서는 학교급식과 식생활교육을 통합한 ‘지구 건강(planetary health)’이라는 체험 중심 프레임워크를 개발하여 영양 및 식이학 교육과정에 접목하였고, 그 결과 지속가능한 식생활에 대한 학생들의 지식 수준과 자신감이 크게 향상되었다(Sabet F & Böhm S 2025). 미국에서는 대학생을 대상으로 대학내 식당에서의 지속가능한 식생활 실천에 대한 인식과 수행도를 조사 비교한 연구가 보고되었다(Yoon B 등 2023).

최근 지속가능한 식생활을 실현하는 데 있어 식생활 전문가의 역할이 점차 중요해지고 있다. Lee YM 등(2022)은 식생활 전문가가 생애주기 전반에 걸쳐 식생활 교육을 수행하고, 미래 전문가 양성의 주체로서 핵심적인 역할을 한다고 강조하였다. 그러나 현재 식생활 전문가를 대상으로 한 지속가능한 식생활 연구는 주로 영양사 또는 영양교사를 중심으로 제한적으로 이루어지고 있으며(Lee Y & Kim JW 2022; Yang ES & Yoon B 2024b), 식생활 전문가 전체를 대상으로 하는 포괄적인 연구는 부족한 실정이다. 지속가능한 식생활은 특정 전문가 그룹에 국한되지 않고, 다양한 분야의 전문가에 의해 확산되고 있기 때문에, 식생활 전문가 전체를 대상으로 한 연구가 필요하다. 이에 본 연구는 식생활 전문가를 식품 관련 학과 교수, 식품 관련 강사, 영양사 또는 영양교사, 식품산업 관계자 등 식품 관련 전공자 또는 관련 직업군에 종사하는 자로 정의하며, 이들의 지속가능한 식생활에

대한 이해와 인식을 분석하여, 지속가능한 식생활 활성화 방향을 제시하고자 한다.

학생 집단에서는 예비 전문가로서 요구되는 교육적 요소와 인식 수준을 파악할 수 있으며, 전문가 집단에서는 이러한 세대 간 인식 차이를 바탕으로 지속가능한 식생활 교육의 개선 방향을 모색할 수 있다. 이에 본 연구는 식생활 전문가와 식품 관련 전공 학생들을 대상으로 지속가능한 식생활에 대한 인식, 중요도, 수행도를 비교·분석하고자 한다. 이를 통해 세대 간 지속가능성 의식의 변화와 특징을 파악하고, 이를 반영한 맞춤형 교육 및 정책 방향을 제시하고 나아가 지속가능한 식생활의 활성화에 기여하고자 한다.

연구방법

1. 조사대상 및 자료수집

본 연구는 지속가능한 식생활에 대한 인식을 조사하기 위해 2024년 10월 8일부터 10월 18일까지 전국의 식생활 전문가와 식품 관련 전공 학생을 대상으로 진행되었다. 전문가 집단은 식품 관련 학과 교수, 식품 관련 강사, 어린이급식관리지원센터 영양사, 학교 영양교사 또는 영양사, 식품산업 관계자 등 식생활 관련 전문 분야에서 활동 중인 실무자로 정의하였다. 학생 집단은 식품영양학과, 조리학과, 전통예술학과(전통식생활문화 전공)에 재학 중인 대학생 및 대학원생을 포함하였다. 설문조사는 Korean Social Data Center(KSDC) 및 구글 폼(Google Forms)을 활용하여 온라인으로 진행되었으며, 총 215부의 응답이 수집되었다. 수집된 설문지 중 불성실한 응답 38부를 제외한 177부를 최종 분석에 활용하였다(분석율 82.3%).

2. 조사 내용

본 연구에서 사용한 설문지는 지속가능한 식생활 교육에 관한 선행 연구들(Kim JW 등 2020; Lee Y 등 2021; Yang ES & Yoon B 2024b)을 참고하여 연구 목적에 맞게 일부 수정·보완하였다. 또한, 식품영양학과, 호텔조리학과, 전통식생활문화 전공 교수 7인의 검토를 받아 설문의 적합성을 평가하였다. 설문지는 일반사항 6문항, 지속가능한 식생활에 대한 인식 3문항으로 구성하였고, 지속가능한 식생활에 대한 중요도 및 수행도는 환경 5문항, 건강 6문항, 배려 7문항으로 구분하여 조사하였다. 일반사항을 제외한 모든 문항은 Likert 5점 척도(1점: 전혀 그렇지 않다~5점: 매우 그렇다)를 사용하여 응답하도록 구성하였다. 본 연구는 국립순천대학교 생명윤리위원회(IRB 승인번호: 1040173-202408-HR-037-02)의 승인을 받아 수행되었다.

3. 자료 분석

수집된 데이터는 SPSS Statistics ver. 21.0(IBM Co.)을 이용하여 분석하였다. 일반사항에 대해서는 빈도와 백분율을 구하였고, 나머지 문항에 대해서는 평균과 표준편차를 산출하였다. 설문 도구의 내적 신뢰도를 평가하기 위해 신뢰도 분석(Cronbach's α)을 실시하였다. 집단 간 지속가능한 식생활에 대한 인식, 중요도 및 수행도의 차이를 검증하기 위해 독립표본 t -test를 실시하였다. 모든 통계 분석의 유의수준 (significance level)은 0.05로 설정하였다.

결과 및 고찰

1. 조사대상자의 일반사항

연구대상자의 일반사항에 대한 결과는 Table 1과 같다. 성별은 남성 16명(9.0%), 여성 161명(91.0%)으로 여성의 비율이 현저히 높았다. 연령은 20대가 125명(70.5%), 30대는 20명(11.3%), 40대는 18명(10.2%), 50대는 7명(4.0%), 60대 이상은 7명(4.0%)으로 나타났다. 식생활 관련 전문 분야에서의 직업적 경험 수준을 기준으로 전문가 집단과 학생 집단을 구분했다. 전문가 집단은 어린이급식관리지원센터 영양사 42명(23.7%), 교수 15명(8.5%), 강사 3명(1.7%), 식품산업 관계자 2명(1.1%), 기타 8명(4.5%, 영양교사 또는 영양사 포함)으로 나타났다. 학생 집단은 대학생 78명(44.1%), 대학원생 29명(16.4%)으로 나타났다. 응답자의 최종학력은 대학교 재학 78명(44.1%), 대학교 졸업 43명(24.3%), 대학원 재학 31명(17.5%), 대학원 졸업 25명(14.1%) 순으로 나타났다. 전공별 분포를 살펴보면, 식품영양학 159명(89.8%), 조리학 6명(3.4%), 전통식생활문화 전공 5명(2.8%), 기타 7명(4.0%)으로, 식품영양학 전공자가 대다수를 차지하고 있었다. 거주 지역은 전라도 98명(55.4%), 서울 44명(24.9%), 경기도 20명(11.3%) 등의 순으로 나타났다.

2. 지속가능한 식생활에 대한 인식

지속가능한 식생활에 대한 인식을 조사한 결과는 Table 2와 같다. 지속가능한 식생활에 대한 이해도는 5점 만점에 3.46점으로 나타났으며, 전문가 집단($M=3.61$)이 학생 집단($M=3.36$)보다 통계적으로 유의미하게 높은 수준을 보였다($p<0.05$). 지속가능한 식생활의 영역별 인지도는 건강($M=3.80$), 환경($M=3.65$), 배려($M=3.33$) 순으로 나타났다. 모든 영역에서 전문가 집단의 인식 수준이 학생 집단보다 높았으며, 특히 건강 영역에 대한 전문가의 인지도는 높은 수준으로 나타났다.

지속가능한 식생활교육 역량에 대한 인지도는 평균 3.07점으로 나타났으며, 전문가 집단($M=3.21$)이 학생 집단($M=2.98$)이 높은 경향으로 나타났다. 특히, 학생 집단의 교육 역량 인

Table 1. Characteristics of the participants

Variable	Description	Frequency (%)	
Gender	Male	16 (9.0)	
	Female	161 (91.0)	
Age (year)	≤29	125 (70.5)	
	30~39	20 (11.3)	
	40~49	18 (10.2)	
	50~59	7 (4.0)	
	≥60	7 (4.0)	
Job	Center for children's and social welfare foodservice management dietitian	42 (23.7)	
	Professional group (n=70)	Professor	15 (8.5)
	Instructor	3 (1.7)	
	Food industry professional	2 (1.1)	
	Etc ¹⁾	8 (4.5)	
Student group (n=107)	Undergraduate student	78 (44.1)	
	Graduate student	29 (16.4)	
	Undergraduate student	78 (44.1)	
Education level	Undergraduate graduate	43 (24.3)	
	Graduate student	31 (17.5)	
	Graduate program graduate	25 (14.1)	
Major	Food and nutrition	159 (89.8)	
	Culinary science	6 (3.4)	
	Traditional dietary culture	5 (2.8)	
	Etc	7 (4.0)	
Region of residence	Jeolla-do	98 (55.4)	
	Seoul	44 (24.9)	
	Gyeonggi-do	20 (11.3)	
	Chungcheong-do	8 (4.6)	
	Gyeongsang-do	6 (3.4)	
Etc	1 (0.6)		
Total		177 (100.0)	

¹⁾ Etc includes school nutrition teacher and dietitian (n=1).

지도는 전체 문항 중 유일하게 2점대 수준으로, 가장 낮은 점수로 조사되었다.

본 결과를 통해 전문가 집단이 학생 집단보다 지속가능한 식생활에 대한 인식 수준이 전반적으로 높음을 확인할 수 있었다. 이는 학생들이 현장 경험이 부족하기 때문으로 해석되며, 대학에서는 초·중등학교, 어린이급식관리지원센터, 보건소 등과 연계하여 학생들이 실천 현장을 직접 경험할 기회를 제공할 필요가 있다. 또한, 건강 영역의 인식 수준이 가장 높게 나타난 것은 응답자들이 여전히 식생활에서 건강을 최우선 가치로 고려하고 있음을 시사한다. 그러나 지속가능한 식생활은 건강뿐만 아니라 환경과 배려의 가치가 균형적으로 반영되어야 하므로, 이를 고려한 교육 프로그램이 필요할 것이다(Yang ES & Yoon B 2024b).

3. 지속가능한 식생활에 대한 중요도

지속가능한 식생활에 대한 중요도를 조사한 결과는 Table 3과 같다. 항목별 비교 결과, ‘식품의 안전성과 위생 고려’를 제외한 건강, 환경 영역에 속하는 모든 항목에 대해서는 전문가 집단이 학생 집단보다 더 중요하게 인식하고 있었다. 반면, 배려 영역에 속하는 모든 항목에서 학생 집단이 전문가 집단보다 높은 수준을 보였다.

항목별 분석 결과, 전문가 집단에서 가장 중요하게 인식한 항목은 ‘음식물 쓰레기를 줄이기 위한 노력’(M=4.59)이었고, 가장 낮게 인식한 항목은 ‘전통식문화 계승’(M=3.73)이었다. 학생 집단에서 가장 높은 중요도를 보인 항목은 ‘식품의 안전성과 위생 고려’(M=4.52)이었고, 가장 낮게 인식된 항목은 ‘동물성 단백질 대신 식물성 단백질의 섭취’(M=3.84)였다. ‘취약계층의 식량 접근성을 높이기 위한 식품 기부 및 지원’과 ‘전통식문화 계승’에 대한 집단 간 차이는 통계적으로 유의하였다($p<0.05$).

본 연구 결과를 통해 전체 응답자가 지속가능한 식생활에 대해 전반적으로 중요하게 인식하고 있음을 확인하였다. 영

역별 비교 결과, 두 집단 모두 건강 영역에 대해 가장 중요하게 인식하였는데, 이는 두 집단의 전공 또는 직업적으로 ‘식품’이라는 공통된 영역에 속해 있기 때문인 것으로 해석된다. 이와 유사하게, 영양사 또는 영양교사를 대상으로 한 Yang ES & Yoon B(2024b)의 연구에서도 지속가능한 식생활교육의 영역 중 건강에 대한 중요도가 가장 높게 나타났다. 그러나 본 연구결과는 현재의 식생활이 여전히 건강(영양) 중심의 식생활에 머물러 있고, 환경, 배려 영역으로의 확장에 어려움을 겪고 있음을 보여준다. 따라서 현재와 미래의 식생활을 책임지는 식생활 전문가 및 식품 관련 전공 학생들이 건강, 환경, 배려의 가치를 균형적으로 실천할 수 있도록 상황별 구체적인 가이드라인과 다양한 교육 프로그램이 개발될 필요가 있다. 학생 집단은 전문가 집단과 달리 건강 다음으로 배려 영역을 중요하게 인식하였으며, 그 수준 역시 전문가 집단보다 높았다. 이러한 결과는 학생 집단이 배려와 관련된 가치가 중점적으로 반영된 교육과정을 경험한 시기의 영향을 받은 것으로 해석될 수 있다.

‘음식물 쓰레기를 줄이기 위한 노력’은 전문가 집단이 가장 중요하게 인식하는 항목이었는데, 이는 이들의 업무와 직접적인 연관이 있기 때문으로 보인다. 전국의 초·중등학교에서는 잔반 없는 날 또는 잔반 줄이기 시범학교를 운영하는 등 음식물 쓰레기 감량에 힘쓰고 있다. 이러한 노력은 음식물 쓰레기가 환경에 미치는 부정적인 영향을 줄이는 동시에, 처리 비용을 절감할 수 있는 효율적인 경영 전략으로 평가된다. 실제로 Chung MJ(2021)은 영양사 또는 영양교사의 업무 영역 중 폐기물 관리 영역에서 지속가능경영활동이 가장 활발히 이루어지고 있다고 보고하였다.

반면, ‘전통식문화 계승’은 전문가 집단에서 가장 낮은 중요도를 보였는데, 이는 식품의 글로벌화와 퓨전 식문화의 확산으로 인해 현대 소비자의 식생활이 다양해지면서 나타난 결과로 보인다. 그러나 전통식문화 계승은 단순히 과거의 문화를 보존하는 데 그치지 않고, 영양학적 가치와 건강 유지,

Table 2. Perceptions of sustainable dietary practice

Variables	M±S.D. ¹⁾			t	
	Total (n=177)	Professional (n=70)	Student (n=107)		
Understanding of sustainable dietary practice	3.46±0.80	3.61±0.84	3.36±0.76	-2.055*	
Perception of sustainable dietary practice	Environment	3.65±0.86	3.87±0.80	3.50±0.87	-2.828**
	Health	3.80±0.87	4.16±0.73	3.57±0.87	-4.661***
	Society	3.33±0.87	3.56±0.85	3.18±0.86	-2.900**
Perception of sustainable dietary educational competence	3.07±1.01	3.21±1.12	2.98±0.92	-1.512	

¹⁾ Strongly disagree (1)~strongly agree (5).

* $p<0.05$, ** $p<0.01$, *** $p<0.001$ by independent samples *t*-test.

Table 3. Importance of sustainable dietary practice

Practice	M±S.D. ¹⁾			t
	Total (n=177)	Professional (n=70)	Student (n=107)	
Environment (α=0.722)				
Choosing sustainable foods	4.20±0.65	4.21±0.68	4.19±0.63	-0.274
Efforts to reduce food waste	4.51±0.63	4.59±0.60	4.46±0.65	-1.318
Purchasing and consuming seasonal foods	4.09±0.79	4.13±0.85	4.07±0.76	-0.517
Efforts to reduce food packaging	4.49±0.61	4.54±0.58	4.45±0.63	-1.000
Consuming plant-based proteins instead of animal-based proteins	3.89±0.86	3.96±0.73	3.84±0.93	-0.878
Health (α=0.855)				
Nutritionally balanced meals	4.47±0.60	4.52±0.59	4.50±0.57	0.564
Considering food safety and hygiene	4.50±0.62	4.46±0.67	4.52±0.59	0.691
Developing healthy eating habits	4.47±0.58	4.57±0.55	4.41±0.60	-1.794
Reducing the consumption of processed foods	4.32±0.69	4.37±0.59	4.29±0.75	-0.766
Checking food nutrition information	4.26±0.67	4.29±0.64	4.24±0.70	-0.411
Breakfast	3.92±0.87	3.93±0.94	3.91±0.83	-0.164
Society (α=0.838)				
Consuming foods that consider fair trade and animal welfare	4.15±0.69	4.13±0.68	4.17±0.71	0.371
Purchasing foods produced in the local community	4.16±0.70	4.14±0.71	4.18±0.70	0.322
Donating and supporting food to improve food accessibility for vulnerable groups	4.11±0.75	3.96±0.73	4.21±0.74	2.277*
Preserving traditional food culture	3.93±0.81	3.73±0.93	4.07±0.88	2.429*
Valuing shared meals with family	4.19±0.80	4.11±0.81	4.23±0.80	0.969
Respecting and understanding diverse cultures and eating habits	4.25±0.67	4.16±0.65	4.32±0.68	1.560
Showing gratitude to nature and people who provide food	4.33±0.68	4.30±0.69	4.36±0.68	0.527

¹⁾ Strongly disagree (1)~strongly agree (5).

* $p < 0.05$ by independent samples *t*-test.

한식의 세계화, 그리고 한국 고유의 정체성을 표현하는 데 중요한 의미를 지닌다. 따라서 식생활 전문가는 전통식문화의 가치를 재조명하고 이를 현대적 감각에 맞게 재해석함으로써 건강하고 지속가능한 미래 식문화를 조성해야 할 것이다.

‘식품의 안전성과 위생 고려’는 학생 집단에서 가장 중요하게 인식된 항목으로, 전문가 집단보다 높은 수준을 보였다. 이는 전문가들이 현장에서 식품안전관리인증기준(Hazard Analysis Critical Control Point; HACCP)에 따라 이미 위생을 체계적이고 자동화된 방식으로 관리하고 있는 반면, 학생들은 실제적 경험이 아닌 이론적으로만 학습하기 때문에 상대적으로 중요하고 어렵게 인식했기 때문으로 해석된다. 따라서 대학 교육에서는 학생들이 HACCP의 실제 적용 방식과

중요성을 충분히 이해할 수 있도록 실습 중심의 교육을 강화할 필요가 있다.

한편, ‘동물성 단백질 대신 식물성 단백질의 섭취’는 학생 집단에서 가장 낮은 중요도로 평가되었다. 식생활 관련 교육에 건강과 환경 측면에서 식물성 단백질의 가치를 강조하는 내용이 포함될 필요가 있다.

4. 지속가능한 식생활에 대한 수행도

지속가능한 식생활에 대한 수행도를 조사한 결과는 Table 4와 같다. 항목별 비교 결과, 환경, 건강 영역에 속하는 모든 항목에 대한 전문가 집단의 수행도가 학생 집단보다 높은 수준을 보였다. 특히 환경 영역의 ‘동물성 단백질 대신 식물성

Table 4. Performance of sustainable dietary practice

Practice	M±S.D. ¹⁾			t
	Total (n=177)	Professional (n=70)	Student (n=107)	
Environment (α=0.749)				
Choosing sustainable foods	3.42±0.84	3.54±0.76	3.34±0.89	-1.600
Efforts to reduce food waste	4.03±0.87	4.16±0.81	3.94±0.90	-1.603
Purchasing and consuming seasonal foods	3.86±0.87	3.96±0.79	3.80±0.92	-1.150
Efforts to reduce food packaging	3.66±0.96	3.67±0.99	3.65±0.94	-0.117
Consuming plant-based proteins instead of animal-based proteins	3.29±1.00	3.47±0.94	3.17±1.02	-1.987*
Health (α=0.771)				
Nutritionally balanced meals	3.64±0.83	3.86±0.71	3.50±0.87	-2.825**
Considering food safety and hygiene	4.06±0.78	4.13±0.76	4.01±0.79	-0.993
Developing healthy eating habits	3.64±0.91	3.87±0.83	3.50±0.94	-2.730*
Reducing the consumption of processed foods	3.28±0.99	3.44±0.96	3.17±1.00	-1.822
Checking food nutrition information	3.80±0.97	3.91±0.88	3.73±1.02	-1.243
Breakfast	3.00±1.39	3.43±1.36	2.72±1.35	-3.407***
Society (α=0.770)				
Consuming foods that consider fair trade and animal welfare	3.07±0.93	3.16±0.88	3.01±0.97	-1.031
Purchasing foods produced in the local community	3.45±0.88	3.41±0.81	3.47±0.92	-0.392
Donating and supporting food to improve food accessibility for vulnerable groups	2.63±1.02	2.63±1.04	2.63±1.01	-0.015
Preserving traditional food culture	3.20±0.98	3.11±0.96	3.26±0.99	0.979
Valuing shared meals with family	3.90±0.90	3.90±0.97	3.91±0.85	0.047
Respecting and understanding diverse cultures and eating habits	3.90±0.75	3.81±0.77	3.96±0.74	1.287
Showing gratitude to nature and people who provide food	4.02±0.80	3.97±0.74	4.05±0.84	0.610

¹⁾ Strongly disagree (1)~strongly agree (5).

* $p<0.05$, ** $p<0.01$, *** $p<0.001$ by independent samples *t*-test.

단백질의 섭취'와 건강 영역의 '영양적으로 균형잡힌 식사', '건강한 식생활습관', '아침식사'에 대한 집단 간 차이는 통계적으로 유의하게 나타났다. 반면, 배려 영역의 경우, 공정 무역과 동물 복지를 고려한 식품의 이용'과 '취약계층의 식량 접근성을 높이기 위한 식품 기부 및 지원'을 제외한 모든 항목에서 학생 집단의 수행도가 전문가 집단보다 더 높은 수준을 보였다. 전체 18개 항목 중 전문가 집단에서 수행도가 가장 높은 항목은 '음식물 쓰레기를 줄이기 위한 노력'(M=4.16) 이었고, 가장 낮은 항목은 '취약계층의 식량 접근성을 높이기 위한 식품 기부 및 지원'(M=2.63)이었다. 학생 집단에서는 '식품을 제공하는 자연과 사람에 대한 감사'(M=4.05)가 가장

높은 수행도를 보였고, 가장 낮은 항목은 전문가 집단과 동일하게 '취약계층의 식량 접근성을 높이기 위한 식품 기부 및 지원'(M=2.63)이었다.

본 연구 결과를 통해 지속가능한 식생활의 수행도가 중요도에 비해 전반적으로 낮은 수준임을 확인할 수 있었다. 특히 학생 집단은 지속가능한 식생활을 전문가 집단보다 더 중요하게 인식하고 있었음에도 불구하고, 이러한 인식이 활발한 행동 실천으로까지 이어지지 못하고 있었다. 건강 영역에 대해, 학생 집단은 가장 중요하게 인식하고 있으나, 가장 낮은 수행도를 보였다는 점에서 전문가 집단과 대조적인 결과를 나타냈다. 이에 지속가능한 식생활에 대한 이들의 긍정적

인 인식이 실제 행동으로 연결될 수 있도록, 지속가능한 식 행동에 영향을 미치는 요인을 규명하기 위한 후속 연구가 필요하다.

전문가 집단의 경우, 배려 영역에 대해 가장 낮은 중요도와 수행도를 보였는데, 이는 Yang ES & Yoon B(2024b)의 연구에서 영양사 또는 영양교사가 배려 영역에 대해 가장 낮은 중요도와 수행 수준을 보인 결과와 유사하다. 반면, 학생 집단은 배려 영역을 전문가 집단보다 더 중요하게 인식할 뿐만 아니라, 활발한 실천을 보이고 있었다. 이를 통해 두 집단이 배려라는 가치를 바라보는 관점이 다르며, 학생 집단이 상대적으로 배려 영역에 대한 감수성과 실천력이 높음을 확인할 수 있다. 이에 본 연구에서는 공동 워크숍 및 토론회 등 학생들이 실천하는 배려 영역의 사례를 공유하는 장을 확대하여, 학생과 전문가 간 네트워크 강화의 필요성을 제안한다.

한편, ‘음식물 쓰레기를 줄이기 위한 노력’은 전문가 집단에서 가장 중요하게 인식되는 동시에 가장 활발히 수행되는 항목이었다. 이는 해당 항목에 대한 전문가 집단의 높은 인식 수준이 실제 행동으로 이어지고 있음을 보여준다. Yang ES & Yoon B(2024b)의 연구에서도 지속가능한 식생활교육 내용 중 ‘음식물 쓰레기 감량’에 대한 영양사 또는 영양교사의 중요도 및 수행도가 가장 높은 항목이었다. 반면 ‘취약계층의 식량 접근성을 높이기 위한 식품 기부 및 지원’은 전문가 집단과 학생 집단 모두에게 중요하게 인식되고 있음에도 불구하고, 가장 낮은 수행도를 보였다. 이러한 결과는 사회적 환경과 정책적 지원의 부족, 그리고 기부와 지원 활동을 실천하는 데 있어 시간적, 재정적 여건의 부족 등이 주요 원인일 수 있다(Yang YH 2015). 이에 취약계층에 대한 식품 기부 및 지원 행동을 촉진하기 위한 사회적 지원 및 정책적 변화가 요구되며, 기부와 지원 활동을 실천할 수 있는 환경을 조성하는 것이 우선시되어야 할 것이다.

요약 및 결론

본 연구는 전국의 식생활 전문가 70명과 식품 관련 전공 학생 107명을 대상으로, 2024년 10월 한 달 동안 지속가능한 식생활에 대한 인식, 중요도, 수행도를 조사하여 그 결과를 비교 분석하였다. 지속가능한 식생활에 대한 이해도는 5점 만점에 평균 3.46점으로 나타났으며, 건강 영역 3.80점, 환경 영역 3.65점, 배려 영역 3.33점으로 나타났다. 전문가 집단은 전반적으로 모든 문항에서 학생 집단보다 높은 인식수준을 보였다. 지속가능한 식생활의 중요도는 전반적으로 높게 인식되었으나, 전문가 집단은 건강·환경 영역을, 학생 집단은 건강 다음으로 배려 영역을 상대적으로 더 중시하는 인식 양상을 보였다.

수행도의 경우, 전문가 집단이 건강과 환경 영역에서, 학생 집단은 배려 영역에서 상대적으로 높은 수행 수준을 보였다. 특히 전문가 집단은 ‘음식물 쓰레기를 줄이기 위한 노력’을 가장 활발히 실천하고 있었으며, 학생 집단은 ‘식품을 제공하는 자연과 사람에 대한 감사’ 항목에서 높은 수행도를 보였다. 반면, ‘취약계층의 식량 접근성을 높이기 위한 식품 기부 및 지원’ 항목은 양 집단 모두에서 수행도가 가장 낮았다.

이상의 결과를 바탕으로 본 연구에서는 다음과 같은 시사점을 도출하였다. 첫째, 전문가 집단의 지속가능한 식생활에 대한 높은 인식을 고려할 때, 학생들의 지속가능한 식생활 인식 제고를 위한 다양한 교육 프로그램이 필요하다. 둘째, 지속가능한 식생활에 대한 인식과 수행간의 차이를 줄이기 위한 요인을 규명하거나, 행동을 유도할 수 있는 전략에 대한 후속 연구가 요구된다. 셋째, 두 집단 모두 지속가능한 식생활에서의 환경과 배려 영역에 대한 인식과 실천이 건강 영역에 비해 낮게 나타났으며, 환경과 배려영역에 대한 실천을 강화할 수 있는 프로그램의 개발이 필요할 것이다. 넷째, 학생 집단은 전문가 집단에 비해 상대적으로 배려 영역을 가장 중요하게 인식하고, 활발히 실천하고 있었다. 이에 집단 간 협업과 경험 공유를 통한 상호보완적 네트워크 구축의 중요성이 제기된다.

끝으로, 본 연구에서는 지속가능한 식생활에 대한 중요도와 수행도를 각각 조사하고 IPA(importance-performance analysis)를 추가로 실시하였으나, 대부분의 항목이 ‘잘하고 있음’ 영역에 속하여 뚜렷한 우선순위 차이를 도출하기 어려웠다는 제한점이 있다. 그럼에도 불구하고, 영양사 또는 영양교사, 식품 관련 학과 교수 등 단일의 식생활 전문가가 아닌, 식생활 전문가 전체를 대상으로 함으로써 연구 결과의 일반화 가능성과 포괄성을 높였다는 점에서 유의미하다. 또한, 식생활 전문가들과 식품 관련 전공 학생들 간의 인식을 비교함으로써 각 집단에 필요한 보완점을 제안했다는 점에서 연구적 의의가 있다. 이에 본 연구 결과가 지속가능한 식생활 실천 역량 강화를 위한 기초자료로 활용될 수 있을 것으로 기대된다.

감사의 글

본 연구는 한국여성과학기술단체총연합회의 2024년 단체 지원사업의 지원을 받아 수행되었습니다.

REFERENCES

- Chang HJ (2018) Sustainable meal practices of middle aged women at home according to their lifestyles. J Korean Soc Food Cult 33(1): 1-10.

- 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.
- Chung MJ (2021) Factors influencing the sustainable practices in school food service operations: An application of the extended theory of the planned behavior model. *Korean J Food Nutr* 34(2): 242-253.
- Hong SA, Joung SH, Lee JW, Kim Y (2023) An exploration of the conceptual awareness of sustainable diet utilizing photovoice for high school students. *Journal of Elementary Education* 35(4): 135-149.
- Karpouzis F, Lindberg R, Walsh A, Shah S, Abbott G, Ball K (2024) Impact and process evaluation of a primary-school food education and sustainability training (FEAST) program in 10-12-year-old children in Australia: Pragmatic cluster non-randomized controlled trial. *BMC Public Health* 24(1): 657.
- Kim JW, Lee EJ, Sang EY (2020) Establishment of a "food life classroom" platform for sustainable food education. *Journal of Korean Practical Arts Education Research* 26(4): 47-64.
- Kim JW (2022) College students' perception on sustainable diets. *Journal of Korean Practical Arts Education* 35(3): 1-20.
- Kwon HI, Lee YM (2023) The effect of the gardening activity program for sustainable eating education on infants' sustainable eating capacity and environmentally friendly attitudes. *Early Childhood Education Research & Review* 27(3): 101-127.
- Lee KA (2022) Content analysis of practical arts curriculum and textbooks from the perspective of sustainable dietary education. *Journal of Korean Practical Arts Education Research* 28(1): 71-104.
- Lee SL, Kim JH, Oh HJ, Kim MJ (2024) Relationship between the nutrition quotient, sustainable diets, and meal guidance of day-care center teachers according to the type of day-care center: Focus on the Gangwon area. *J East Asian Soc Diet Life* 34(4): 262-271.
- Lee Y, Kim JW (2022) A research on the perception of elementary school teachers on sustainable food education. *Journal of Korean Practical Arts Education Research* 28(4): 39-53.
- Lee Y, Lee KA, Kim JW (2021) Development and application of sustainable food competency evaluation tools. *Journal of Korean Practical Arts Education Research* 34(2): 43-63.
- Lee YM, Cha KH, Kim MH, Kim OS, Bae YJ (2022) Comparison of food culture competency and interest levels based on the cultural sensitivity of dietary professionals. Abstract presented at the 2022 Conference of the East Asian Soc Diet Life, Seoul, Korea.
- Ministry of Agriculture (2020) The Thirdx (2020~2024) Basic Plan for Dietary Education. <https://www.mafra.go.kr> (accessed on 27. 11. 2024).
- Oh HS, Lee SW (2024) Development of a sustainable dietary education program based on vegetarian meals. *Journal of Elementary Education* 40(3): 23-50.
- Sabet F, Böhm S (2025) Towards sustainable school food: An experiential planetary health framework integrating meals and food education. *Br Educ Res J* 51(2): 826-847.
- United Nations (2015) Transforming Our World: The 2030 Agenda for Sustainable Development. <https://sdgs.un.org> (accessed on 27. 11. 2024).
- World Commission on Environment and Development (1987) Report of the World Commission on Environment and Development: Our Common Future. <http://www.un-documents.net> (accessed on 27. 11. 2024).
- Yang ES, Yoon B (2024a). Exploring factors of nutrition teachers' intentions for sustainable dietary education in South Korea: An application of the theory of planned behavior. *Korean J Community Nutr* 29(2): 114-128.
- Yang ES, Yoon B (2024b) An educational needs analysis of sustainable dietary education for nutrition teachers: An application of the IPA, Borich needs assessment and the locus for focus model. *Korean J Community Nutr* 29(5): 372-381.
- Yang YH (2015) An exploratory study on the determinants for individual donation in Korean society. *Journal of Human Studies* 30: 37-64.
- Yi NY (2017) Dietitians' self-evaluation and barriers to sustainable practices for school foodservice management: Focused on Daejeon and Chungnam area. *Korean J Food Cook Sci* 33(3): 342-352.
- Yoon B, Lee J, Lim, H (2023) Campus dining sustainability: A perspective from college students. *Sustainability* 15(3): 2134.