

경기지역 주부들의 영양표시 확인 여부에 따른 식태도, 식습관, 영양지식 및 영양정보의 실생활 반영정도 비교

The Effect of the Use of Nutrition Labeling on Dietary Attitudes, Dietary Habits, Nutrition Knowledge and Application of Nutrition Information to Daily Life among Housewives in Gyeonggi-provincial Area

이순희 · 이승림*

수원여자대학교 식품영양과 · 상지영서대학교 식품영양조리과

Lee, Sun Hee · Lee, Seung-Lim*

Dept. of Food and Nutrition, Suwon Women's University

Dept. of Food Nutrition and Cooking, Sangji Youngseo College

Abstract

This study surveyed 266 housewives residing in a Gyeonggi-provincial area for their dietary attitudes, dietary habits, nutrition knowledge, and application of nutrition information to daily life according to whether they use nutrition labeling. The survey on the dietary attitudes of the subjects showed that the points of "think that nutrition affects health", "quite interested in nutrition and health information", "like developing and trying new diverse recipes", and "persistently try new foods" were higher among those who check out nutrition labeling (Check group, n=112) than those who do not check out nutrition labeling (No check group, n=154). Reason for snacking, the Check group reported higher in the reasons of "for taking nutrients" but lower in the reasons of "do not eat enough meal" and "impulsively" than the No check group ($p<0.01$). Asked about why they check the nutrition labeling, the Check group answered "to compare products with each other" and "to purchase healthy food" whereas the No check group said "to decide whether the food is safe or not" and "to reduce body weight" ($p<0.01$). The Check group showed more recognition on the significance of the nutrition labeling and application to their actual daily lives than the No check group. Therefore, our results suggest that proper use of nutrition labeling is expected to improve dietary attitudes and dietary habits as well as enhance the application of nutrition information to actual daily life and promote health not only for the housewives but also for their family members as well.

Keywords: Nutrition Labeling, Attitudes, Dietary Habits, Housewives

I. 서 론

우리나라의 급속한 사회 경제적 변화는 국민 소득 수준

증가와 생활수준 향상 및 식생활의 변화를 가져왔다. 또한 여성의 사회 진출이 확대됨에 따라 조리의 간편성과 편리성을 만족시켜 주는 가공식품과 즉석식품에 대한 요구도

* Corresponding author: Seung-Lim Lee,

Tel: +82-33-730-0790 Fax: +82-33-730-0790

E-mail: luce0301@sy.ac.kr

가 높아지면서 이에 부응하는 식품 산업이 발달하게 되었다 (Chai, 1990). 이러한 사회적 구조와 식생활의 변화는 가공식품과 동물성 식품의 섭취를 증가 시켰고 영양결핍이 주된 문제로 대두되었던 과거와는 달리 결식, 과식과 같은 부적절한 식습관 및 영양불균형으로 인한 문제가 중요시 되고 있으며 이는 만성질환의 조기 발병과 이로 인한 사망률을 증가시켰다 (Korea National Statistical Office, 2012). 또한 국민 소득이 증가함에 따라 식품의 양보다 질에 더 많은 관심을 갖게 되면서 식품 소비 성향은 웰빙과 LOHAS(Lifestyle of Health And Sustainability)와 같은 건강 및 영양마케팅 등에 의해 영향을 받게 되었고 (Song & Kim, 2008), 식재료를 비롯한 건강기능식품의 이력추적적 도입요구 및 유전자 변형 식품표시 확대에 대한 논란 등과 같이 소비자들은 식품 영양에 대한 올바른 정보를 요구하고 있다 (Roe & Teisl, 2007).

영양표시는 소비자에게 제품에 함유된 영양성분을 제시함으로써 소비자 스스로 자신의 건강에 적합한 제품을 선택할 수 있게 할 뿐 아니라 건강한 식생활을 위한 영양 교육 자료로 활용이 가능하다. 또한 산업체의 제품품질 향상을 통한 유사제품 간의 경쟁력 강화에도 기여함에 따라 각 나라에서는 자국의 실정에 맞도록 영양표시제도를 도입하여 실시하고 있다 (Kang *et al.*, 2011; Park & Min, 1995). 우리나라는 1995년 영양성분 표시 제도를 처음 도입하였고 식품 위생법에 근거하여 ‘식품 등의 표시기준’에 영양성분 표시사항을 규정하고 표시 대상 품목을 점차 확대 시행하였다. 2007년 12월부터 식품의약품안전청은 기존의 열량, 탄수화물, 단백질, 지방, 나트륨, 그밖에 강조 표시를 하고자 하는 영양성분 외에 당류, 포화지방, 트랜스지방, 콜레스테롤을 표시 대상 성분으로 확대하도록 고시하였다. 또한 국민건강 증진 및 비만 예방을 위하여 2008년 패스트푸드 업체를 시작으로 피자 전문점, 커피전문점, 제과제빵 업체 등과 같은 다양한 외식업체와 고속도로 휴게소의 조리·판매식품에 대해 영양표시를 확대 실시하도록 하였다 (Kang *et al.*, 2011; Korea Food & Drug Administration, 2005, 2007; Kwon *et al.*, 2007). 영양성분 표시 내용에는 식품별 1회 제공량을 기준으로 각 영양소의 명칭, 함량과 함께 영양소 기준치에 대한 비율(%)을 함께 표기하도록 규정하고 있어 소비자가 하루 식사 중 해당 식품이 차지하는 영양적 가치를 알 수 있도록 하고 있으나 식품별 1회 제공량이 제품에 따라 100g 당, 100ml 당, 1인분량 당, 1포장 당 또는 1회 분량 당으로 다양하여 영양표시 확인 시 소비자들의 세심한 주의가 요구된다.

영양표시가 실제 소비자들의 건강과 영양적 요구에 맞는 식품 선택에 도움이 되고 영양불균형에 의한 만성질환 예방에 효율적인 도구가 되기 위해서는 소비자가 식품 구매 시 영양표시를 적극적으로 활용하여 반영하고 영양표시 내용을 제대로 이해할 수 있는 능력을 갖추는 것이 매우 중요하다. 따라서 지금까지 영양표시제도에 관한 선행 연구들은 다양한 소비계층을 대상으로 영양표시 이용실태 (Chang, 1997; Chung & Kim, 2007; Lee & Lee, 2004)와 인식 및 만족도 (Cho & Yu, 2007; Joo *et al.*, 2005; Kwon *et al.*, 2010; Lee, 2009; Sohn, 2009) 위주로 보고되었고 영양표시 확인 여부에 따른 소비자들의 식태도, 식습관 및 영양정보의 실생활 반영 정도의 차이에 대한 연구는 미비한 실정이다.

이에 본 연구에서는 주부를 대상으로 영양표시 확인 여부에 따른 식태도와 식습관 및 영양지식과 영양정보의 실생활 반영 정도 차이에 대해 살펴봄으로써 영양에 대한 관심의 중요성과 관련된 근거자료를 마련하고 영양표시 확인의 대중화를 위해 영양표시 제도에 대한 홍보와 교육프로그램 마련 및 개선방안을 모색하는 과정에서 참고가 되는 기초자료를 확보하고자 하였다.

II. 연구 방법

1. 조사대상 및 시기

본 연구는 2013년 10월부터 12월까지 경기지역 일부에 거주하는 주부 300명에게 설문지를 배부하여 조사대상자가 직접 기입하는 방법으로 실시하였으며 총 300부를 배포하여 모든 문항에 온전히 응답한 266부(회수율 89.3%)를 통계처리 하였다.

2. 조사내용 및 방법

조사방법은 설문지법을 사용하였으며, 연구에 사용된 설문 내용은 선행연구들(Cho *et al.*, 2007; Kim *et al.*, 2009; Lee *et al.*, 2010; Yu *et al.*, 2012)을 참고로 하여 본 연구의 목적에 맞게 작성하였고, 예비조사를 실시하여 수정·보완한 후 본 조사에 사용하였다.

조사대상자 중 평소 식품구매 시 영양성분표시 사항을 항상 확인함 또는 자주 확인함으로 응답한 주부 112명을 ‘영양표시 확인군’, 영양성분표시 사항을 거의 확인하지

않음 또는 확인하지 않음으로 응답한 주부 154명을 ‘영양표시 미확인군’으로 나누었다. 설문지의 내용은 조사대상자의 일반사항, 식태도, 식습관, 영양표시 확인의 필요성 및 미확인 이유, 영양표시 주 확인 항목, 영양지식 정도, 영양정보 습득 경로 및 영양정보의 실생활 반영정도에 대해 조사하였다. 조사대상자의 일반적 특성으로는 나이, 학력, 직업, 동거 가족 수, 가정의 월 평균 소득, 조리의 주체를 묻는 7개의 문항으로 구성하였다. 대상자의 식태도는 선행연구를 참고하여 9개의 문항으로 영양과 건강에 대한 관심, 식습관 수정에 대한 인식, 조리법에 대한 관심 등으로 구성하였다. 각 항목은 ‘매우 그렇다’에서 ‘전혀 그렇지 않다’의 5점 척도로 측정하였다. 식습관은 식사의 규칙성, 결식 이유, 식사량, 과식 이유, 식사의 질, 간식 섭취 빈도, 간식 섭취 시간, 간식 섭취 이유 및 섭취하는 간식의 종류에 대해 조사하였고, 제품 구매 시 영양표시 확인의 필요성 및 영양표시 미확인 이유에 대해 조사하였다. 영양성분표시 중 제품 구매 시 주의 깊게 확인하는 영양성분에 대해 응답하도록 하였고 영양지식 평가는 식품과 영양소에 관한 단순지식 9문항, 간식지도 관련 내용 3문항, 조리 및 식품 보관 관련 3문항으로 구성하였다. 각 문항은 맞다, 틀리다 중 선택하여 답하게 하고 정답인 경우 1점, 오답인 경우 0점을 부여하여 점수가 높을수록 영양지식이 양호한 것으로 평가하였다. 마지막으로 영양표시 확인 여부에 따라 영양표시제도 중요성에 대한 인식과 영양정보 습득 경로 및 영양정보의 실생활 이용정도를 조사하였다.

3. 조사 자료의 처리

본 연구에서 조사한 모든 자료는 SPSS 18.0 for windows 프로그램을 이용하여 통계처리 하였다. 조사내용에 따라 빈도, 백분율, 평균과 표준편차를 구하였고, 군간의 유의성은 χ^2 -test와 T-test를 시행하였다.

Ⅲ. 결과 및 고찰

1. 일반적 특성

조사 대상자의 일반사항은 <Table 1>과 같다. 본 연구 대상자의 연령별 분포는 20-29세 6명(2.3%), 30-39세 172명(64.7%), 40-49세 84명(31.6%), 50대 이상 4명(1.5%)으로 30대가 가장 많았다. 교육 수준은 중학교 졸업 이하 6

명(2.3%), 고등학교 졸업 이하 66명(24.8%), 대학교 졸업 이하 165명(62.0%), 대학원 이상 29명(10.9%)이었다. 취업여부에 있어서는 전업주부 132명(49.6%), 단순판매직 10명(3.8%), 전문직 51명(19.2%), 사무직 41명(15.4%), 기타 32명(12.0%)이었다. 동거 가족 수는 2인 이하 10명(3.8%), 3인 60명(22.6%), 4인 152명(57.1%), 5인 이상 44명(16.5%)으로 4인 가족이 가장 많았고, 월 평균 가계소득은 400만원 이상이 108명(40.6%)으로 가장 많았으며 300-399만원 78명(29.3%), 200-299만원 62명(23.3%), 100-199만원 16명(6.0%), 100만원 이하 2명(0.8%) 순이었다. 가정에서 조리의 주체를 조사한 결과 응답자의 72.9%인 194명이 본인 스스로 조리하는 것으로 응답하였고 72명(27.1%)은 어머니, 가정 관리사 등의 도움을 받는 것으로 나타났다.

2. 연구대상자의 식태도

본 연구 대상자들의 식태도를 조사한 결과, 영양이 건강에 영향을 준다고 생각한다는 항목은 영양표시 확인군이 4.85 ± 0.04 , 영양표시 미확인군은 4.55 ± 0.05 ($p < 0.001$), 영양과 건강정보에 대해 많은 관심을 갖고 있다는 영양표시 확인군이 4.41 ± 0.06 , 영양표시 미확인군이 3.68 ± 0.07 ($p < 0.001$), 새로운 조리법을 개발하여 다양하게 조리하는 것을 좋아한다는 항목에 대하여 영양표시 확인군은 3.52 ± 0.10 , 영양표시 미확인군은 3.08 ± 0.08 ($p < 0.01$), 꾸준히 새로운 음식을 먹어보기 위해 시도한다는 질문에 대해 영양표시 확인군은 3.48 ± 0.09 , 영양표시 미확인군은 3.01 ± 0.07 ($p < 0.001$)로 영양표시 확인군의 점수가 영양표시 미확인군에 비해 유의적으로 높았고, 현재 섭취하고 있는 식품에 문제가 있더라도 내가 만족한다면 바꿀 이유가 없다는 항목은 영양표시 확인군이 1.93 ± 0.10 , 영양표시 미확인군이 2.30 ± 0.08 ($p < 0.01$), 식품선택 시 영양보다 가격이 더 중요하다는 영양표시 확인군이 1.70 ± 0.07 , 영양표시 미확인군이 2.08 ± 0.07 ($p < 0.001$)로 나타나 영양표시 확인군의 점수가 영양표시 미확인군에 비해 유의적으로 낮았다 <Table 2>. 이와 같은 결과는 영양표시 확인군이 미확인군에 비해 영양과 건강에 대해 많은 관심을 갖고 있고 다양한 식품 및 조리법에 대해 더 많은 관심을 보이며 이를 직접 식생활에 실천함으로써 영양표시의 확인은 올바른 식품 선택뿐 아니라 식태도의 개선과 건강에도 영향을 미칠 것임을 나타낸다. 이는 Cho와 Yu(2007)의 연구에서 영양표시를 자주 확인하는 사람일

(Table 1) General characteristic of the subjects

N(%)

Variables	Check (n=112)	No check (n=154)	Total (n=266)
Age			
20-29	2(1.8)	4(2.6)	6(2.3)
30-39	74(66.1)	98(63.6)	172(64.7)
40-49	34(30.4)	50(32.5)	84(31.6)
over 50	2(1.8)	2(1.3)	4(1.5)
Education level			
Below Middle school	2(1.8)	4(2.6)	6(2.3)
Below High school	27(24.1)	39(25.3)	66(24.8)
Below University	68(60.7)	97(63.0)	165(62.0)
Over Graduate school	15(13.4)	14(9.1)	29(10.9)
Occupation			
Housewife	49(43.8)	83(53.9)	132(49.6)
Simple work & sales	4(3.6)	6(3.9)	10(3.8)
Expert	25(22.3)	26(16.9)	51(19.2)
Office workers	18(16.1)	23(14.9)	41(15.4)
Others	16(14.3)	16(10.4)	32(12.0)
Number of family			
≤ 2	4(3.6)	6(3.9)	10(3.8)
3	31(27.7)	29(18.8)	60(22.6)
4	59(52.7)	93(60.4)	152(57.1)
≥ 5	18(16.1)	26(16.9)	44(16.5)
Total income (10,000won/mon)			
< 100	2(1.8)	0(0.0)	2(0.8)
100-199	10(8.9)	6(3.9)	16(6.0)
200-299	28(25.0)	34(22.1)	62(23.3)
300-399	32(28.6)	46(29.9)	78(29.3)
≥ 400	40(35.7)	68(44.2)	108(40.6)
Cooker			
Oneself	89(79.5)	105(68.2)	194(72.9)
The others	23(20.5)	49(31.8)	72(27.1)

수록 식태도가 좋았다는 결과와도 일치하였다.

3. 식습관 및 간식습관

조사 대상자들의 식습관과 간식습관은 <Table 3>에 나타난 바와 같다. 조사 대상자들의 세끼 식사의 규칙성과 결식이유를 살펴본 결과, 영양표시 확인군은 '규칙적임'이 62.5% '불규칙적임'이 37.5%였고 영양표시 미확인군은

'규칙적임'이 70.1%, '불규칙적임'이 29.9%로 두 군의 유의적인 차이는 나타나지 않았다. 결식이유는 영양표시 확인군의 경우 '시간이 없어서' 42.9%, '습관적으로' 28.6%, '입맛이 없어서'와 '귀찮아서' 9.5% 순으로 나타났고 영양표시 미확인군은 '시간이 없어서' 39.1%, '습관적으로' 34.8%, '체중감량을 위해'와 '귀찮아서'가 각각 8.7%로 나타났다. 결식이유와 관련하여 군간의 유의한 차이는 나타나지 않았다. 대전시에 거주하는 주부를 대상으로 한

〈Table 2〉 Dietary attitudes of the subjects

Variables	Check (n=112)	No check (n=154)	p-value ¹⁾
Do not eat what they do not like	3.11 ± 0.09 ²⁾	3.32 ± 0.08 ¹⁾	0.086
Think that nutrition affects health	4.85 ± 0.04	4.55 ± 0.05	0.000
Take nutritional supplements when dietary quality is poor	2.09 ± 0.11	2.03 ± 0.07	0.612
Prefer what they used to eat to new food.	3.30 ± 0.09	3.39 ± 0.07	0.415
Find no reason for changing food as long as I am satisfied with the food, even though there is a problem in the food.	1.93 ± 0.10	2.30 ± 0.08	0.004
Quite interested in nutrition and health information.	4.41 ± 0.06	3.68 ± 0.07	0.000
Nutrition precedes price in selecting food.	1.70 ± 0.07	2.08 ± 0.07	0.000
Like developing and trying new diverse recipes	3.52 ± 0.10	3.08 ± 0.08	0.001
Persistently try new foods	3.48 ± 0.09	3.01 ± 0.07	0.000

1) p-value by independent t-test

2) Mean±SE. The scores ranged from 1=never to 5=very much

Lim과 Na(2008)의 연구에서 식사의 규칙성에 대한 질문에 55.5%가 규칙적이라고 답하였고, 44.4%가 불규칙적이라고 응답하였으며, Shin *et al.*(2010)의 연구에서 서울과 경기 일부 지역에 거주하는 주부들의 경우 40.6%가 규칙적이라고 응답하여 본 연구와는 차이를 나타냈다. 이는 조사 대상자들의 연령분포와 직업 유무 및 직업 종류에 따른 차이로 여겨진다. 반면, 결식 이유에 대해서는 시간이 없어서라고 응답한 비율이 가장 높게 나타나 본 연구결과와 일치하였다. 식사량을 조사한 결과 두군 모두 ‘일정량 섭취’의 응답률이 가장 높았고, 과식 이유는 두군 모두 ‘배가 고파서’가 가장 많았으며 ‘기타’, ‘스트레스 때문’, ‘습관적으로’ 순이었다. ‘기타’에 응답한 경우 두군 모두 ‘남은 음식 섭취’에 대한 응답률이 가장 높았고 두 군간의 유의한 차이는 나타나지 않았다. 주부를 대상으로 한 Shin *et al.*(2010)의 선행 연구에서 전체 대상자의 35.4%가 전혀 과식을 하지 않는다고 보고하여 본 연구에서 영양표시 확인군의 경우 73.2%, 영양표시 미확인군은 76.6%가 과식을 하지 않는다고 응답한 결과 보다 낮게 나타난 반면, 과식 이유에 대해선 ‘배가 고파서’>‘스트레스 때문에’>‘습관적으로’ 순으로 응답하여 본 연구 결과와 유사하게 나타났다. 개인이 느끼는 식사의 질에 대한 만족도는 두군 모두 ‘그저 그렇다’가 62.5%와 63.6%로 가장 많았고, ‘만족한다’, ‘영양이 부족하다고 느낀다’ 순으로 군간에 유의적인

차이는 나타나지 않았다.

간식섭취 빈도는 영양표시 확인군의 경우 ‘2-3회/일’이 53.6%로 가장 높았고 ‘매일 1회’와 ‘섭취하지 않음’이 각각 12.5%로 나타났다. 영양표시 미확인군의 경우 ‘2-3회/일’이 45.5%로 가장 높았고 ‘섭취하지 않음’이 22.1%, ‘매일 1회’가 14.3% 순으로 군간에 차이는 나타나지 않았다. 간식을 주로 섭취하는 시간은 두군 모두 점심식사 후로 응답한 비율이 가장 높았고 영양표시 미확인군의 경우 아침 식사 전과 아침식사-점심식사 사이에 간식을 섭취한다고 응답한 비율이 27.9%로 영양표시 확인군(14.3%)에 비해 유의적으로 높게 나타났다. 또한 밤 10시 이후 간식을 섭취한다고 응답한 비율도 영양표시 미확인군이(7.8%) 영양표시 확인군(4.5%) 보다 높게 나타났다 ($p<0.05$). 간식을 섭취하는 이유는 두군 모두 습관적으로 섭취한다고 응답한 사람이 가장 많았고 영양표시 확인군은 ‘영양소 섭취를 위해’가 17.9%로 영양표시 미확인군(9.1%) 보다 높게 나타났다, 영양표시 미확인군은 ‘식사섭취가 불충분해서’와 ‘충동적으로’ 섭취한다고 응답한 비율이 영양표시 확인군 보다 유의적으로 높게 나타났다 ($p<0.01$). 섭취하는 간식의 종류는 영양표시 확인군은 과일 및 과일쥬스, 쿠키, 베이커리류와 커피/차류, 우유 및 유제품 순이었고, 영양표시 미확인군은 과일 및 과일쥬스, 커피/차류, 쿠키, 감자/고구마 순으로 군간에 유의한 차이는 없었다.

(Table 3) Dietary habits for meals and snacks of the subjects

Variables	Check (n=112)	No check (n=154)	Total (n=266)	p-value ¹⁾
Regularity of meal				
Regular	70(62.5) ²⁾	108(70.1)	178(66.9)	0.192
Irregular	42(37.5)	46(29.9)	88(33.1)	
Reason for skipping meals				
Lack of time	18(42.9)	18(39.1)	36(40.9)	0.454
Low appetite	4(9.5)	2(4.3)	6(6.8)	
Habitual	12(28.6)	16(34.8)	28(31.8)	
To reduce body weight	2(4.8)	4(8.7)	6(6.8)	
Annoying	4(9.5)	4(8.7)	8(9.1)	
Still full due to heavy snack	0(0.0)	2(4.3)	2(2.3)	
Others	2(4.8)	0(0.0)	2(2.3)	
Amount of meal				
Regular	82(73.2)	118(76.6)	200(75.2)	0.231
Moderate	22(19.6)	27(17.5)	49(18.4)	
Irregular	8(7.1)	9(5.9)	17(6.4)	
Reason for overeat				
Feel hungry	54(48.2)	66(42.8)	120(45.1)	0.246
Habitual	14(12.5)	20(13.0)	34(12.8)	
For taking nutrient	0(0.0)	6(3.9)	6(2.3)	
Stress	14(12.5)	22(14.3)	36(13.5)	
Others	30(26.8)	40(26.0)	70(26.3)	
Dietary quality				
Satisfactory	34(30.4)	40(26.0)	74(27.8)	0.544
So so	70(62.5)	98(63.6)	168(63.2)	
Lack of nutritions	8(7.1)	16(10.4)	24(9.0)	
Frequency of snacks				
Once a day	14(12.5)	22(14.3)	36(13.5)	0.293
2~3 times / day	60(53.6)	70(45.5)	130(48.9)	
3~4 times / week	12(10.7)	12(7.8)	24(9.0)	
1~2 times / week	12(10.7)	16(10.4)	28(10.5)	
Hardly ever	14(12.5)	34(22.1)	48(18.0)	
Time for snacks				
Before breakfast	2(1.8)	7(4.5)	9(3.4)	0.036
Breakfast- Lunch	14(12.5)	36(23.4)	50(18.8)	
Lunch-Dinner	73(65.2)	71(46.1)	144(54.1)	
After dinner	18(16.1)	28(18.2)	46(17.3)	
After pm 10	5(4.5)	12(7.8)	17(6.4)	
Reason for having snacks				
Hungry	24(21.4)	24(15.6)	48(18.0)	0.007
Do not eat enough meal	8(7.1)	23(14.9)	31(11.7)	
Instead of meal	11(9.8)	19(12.3)	30(11.3)	
Habitual	31(27.7)	35(22.7)	66(24.8)	
For taking nutrient	20(17.9)	14(9.1)	34(12.8)	
Bored	18(16.1)	28(18.2)	46(17.3)	
Impulsively	0(0.0)	11(7.1)	11(4.1)	
Kind of snack				
Bakery (bread and cake)	16(14.3)	11(7.1)	27(10.2)	0.054
Cookies	22(19.6)	21(13.6)	43(16.2)	
Milk, milk products	14(12.5)	10(6.5)	24(9.0)	
Fruits, fruit juice	24(21.4)	35(22.7)	59(22.2)	
Noodles	1(0.9)	9(5.8)	10(3.8)	
Candies	0(0.0)	3(1.9)	3(1.1)	
Potato/Sweet potato	10(8.9)	19(12.3)	29(10.9)	
Fast food (hamburger, pizza)	3(2.7)	6(3.9)	9(3.4)	
Soft drink	0(0.0)	1(0.6)	1(0.4)	
Dried fish	4(3.6)	2(1.3)	6(2.3)	
Ice cream	0(0.0)	3(1.9)	3(1.1)	
Coffee and teas	16(14.3)	32(20.8)	48(18.0)	
Others	2(1.8)	2(1.3)	4(1.5)	

1) p-value by chi-square test

2) N (%)

4. 영양표시 확인의 필요성 및 미확인 이유

영양표시 확인의 필요성 및 미확인 이유를 조사한 결과를 <Table 4>와 <Table 5>에 제시하였다. 제품구매 시 영양표시 확인의 필요성을 조사한 결과 영양표시 확인군의 경우 ‘건강에 유익한 식품 구매를 위하여’가 55.4%로 절반을 넘었고 ‘영양정보를 얻기 위하여’, ‘타제품과 비교하기 위하여’가 각각 12.5%로 뒤를 이었다. 영양표시 미확인군은 ‘건강에 유익한 식품을 구매하기 위하여’가 39.0%, ‘식품의 안전성 확인’이 24.7%, ‘체중감량을 위해’가 15.6%로 나타났다. 군 간의 차이를 살펴보면 영양표시 확인군은 ‘타제품과 비교하기 위하여’, ‘건강에 유익한 식품을 구매하기 위하여’ 라고 응답한 비율이 유의적으로 높게 나타난 반면 미확인군은 ‘안전성 확인’과 ‘체중감량을 위해’라고 응답한 비율이 영양표시 확인군에 비해 유의적으로 높게 나타났다 (p<0.01). 이는 영양표시 확인군이 미확인군에 비해 영양과 건강에 더 많은 관심을 보이는 반면 미확인군은 식품의 안전성을 우선적으로 고려하는 것으로 여겨진다. 과거 선행연구에서 식품영양표시를 읽는 이유를 살펴본 결과 안전성 여부 확인을 위하여 라고 응답한 비율이 가장 높았고 영양정보를 얻기 위하여, 제품 간의 비교를 위하여 순으로 응답하여 식품영양표시에 대한 인식이 영양정보나 제품선택에 응용하기 보다 안전성 여부에 더 큰 비중을 두고 있음을 보고 하였다 (Joo *et al.*, 2005; Lee & Lee, 2004). 그러나 본 연구에서는 영양표시 확인군과 미확인군 모두 건강에 유익한 식품을 구매하기 위하여 영양표시를 확인한다고 가장 많이 응답한 것은 과거에 비해 영양표시제도에 대한 교육 및 홍보가 많이 이루어

어짐에 따라 소비자들의 인식도 전환되어 가고 있음을 시사하는 것으로 여겨진다. 또한 영양표시 미확인군이 영양표시를 확인해야 하는 이유에 대해 ‘체중감량을 위해’라는 응답은 비만도 및 체중조절에 대한 관심 정도가 영양표시 이용도에 중요한 영향을 미친다는 선행연구 연구 결과와 일치하였다 (Chung & Kim, 2007; Satia *et al.*, 2005). 영양표시 미확인군을 대상으로 영양표시를 확인하지 않는 이유를 살펴본 결과 글씨가 너무 작거나 조잡함 50.0%, 이해하기 어려움 26.6%, 무관심 13.0%, 도움이 되지 않음 10.4% 순이었다. Chung과 Kim (2007)의 연구에서 성인 여성을 대상으로 영양성분 표시에 대한 이해도를 측정된 결과 대상자 대부분이 영양표시를 제대로 이해하지 못하고 있는 것으로 나타났다. 또한 주부들이 원하는 영양성분 표시의 표기방법을 조사한 결과 그림이나 그래프와 같은 도형을 사용한 표기 형식을 선호하여 그래프 형식의 정보가 숫자로 제시하는 정보 보다 더 쉽게 이해할 수 있음을 보고하였다 (Lee & Lee, 2004). 이와 같이 표기 방법의 개선이 요구됨에 따라 식약처에서는 어린이 식생활안전관리 특별법에 의거하여 어린이 기호식품을 대상으로 영양성분 함량 색상·모양 표시제를 도입하여 영양성분을 함량에 따라 색상과 모양으로 표시하여 영양정보를 쉽게 확인할 수 있도록 하였고 이러한 변화는 향후 더 많은 품목의 가공식품을 대상으로 확대되어야 할 것이다.

5. 영양표시 중 주의 깊게 보는 영양성분

식품구매 시 주의 깊게 살펴보는 영양성분은 영양표시 확인군은 나트륨, 당류, 트랜스지방 순으로 나타났고 영양

(Table 4) The need for checking the nutrition labels

Variables	Check (n=112)	No check (n=154)	Total (n=266)	p-value ¹⁾
To obtain nutrition information	14(12.5) ²⁾	18(11.7)	32(12.0)	0.006
To compare products with each other	14(12.5)	10(6.5)	24(9.0)	
To reduce body weight	10(8.9)	24(15.6)	34(12.8)	
To purchase healthy food	62(55.4)	60(39.0)	122(45.9)	
To decide weather the food is safe or not	12(10.7)	38(24.7)	50(18.8)	
To purchase new products	0(0.0)	4(2.6)	4(1.6)	

1) p-value by chi-square test

2) N (%)

(Table 5) Reasons for not checking the nutrition labels

Variables	No check (n=154)
Unconcern	20(13.0)
Hard to understand	41(26.6)
Too small or rough	77(50.0)
Unserviceability	16(10.4)
Total	154(100.0)

(Table 6) Most important item of the nutrition label

Variables	Check (n=112)	No check (n=154)	Total (n=266)	p-value ¹⁾
Calories	6(5.4) ²⁾	40(26.0)	46(17.3)	0.000
Carbohydrate	8((7.1)	5(3.2)	13(4.9)	
Sugar	16(14.3)	4(2.6)	20(7.5)	
Fiber	2(1.8)	2(1.3)	4(1.5)	
Protein	8(7.1)	4(2.6)	12(4.5)	
Sodium	18(16.1)	22(14.3)	40(15.0)	
Fat	12(10.7)	10(6.5)	22(8.3)	
Saturated fat	8(7.1)	9(5.8)	17(6.4)	
Trans fat	16(14.3)	19(12.3)	35(13.2)	
Cholesterol	4(3.6)	19(12.3)	23(8.6)	
Vitamin	0(0.0)	4(2.6)	4(1.5)	
Iron	4(3.6)	4(2.6)	8(3.0)	
Calcium	10(8.8)	12(7.8)	22(8.3)	

1) p-value by chi-square test

2) N (%)

표시 미확인군은 칼로리, 나트륨, 트랜스지방과 콜레스테롤을 주로 확인 한다고 응답하여 본 조사 대상자들은 심장 질환, 고혈압 및 비만과 관련이 큰 영양성분들을 중요시 여기고 있음을 시사하였다 <Table 6>. 군간의 차이를 살펴보면 당류와 탄수화물의 확인빈도는 영양표시 확인군이 14.3%와 7.1%로 영양표시 미확인군 2.6%와 3.2%에 비해 높게 나타난 반면 영양표시 미확인군은 영양표시 확인군에 비해 칼로리(26.0% vs 5.4%)와 콜레스테롤(12.3% vs 3.6)을 주로 확인하는 것으로 나타났다 ($p<0.001$). 이는 영양표시 확인 이유에서 영양표시 미확인군이 체중감량을 위해 영양성분을 확인한다고 응답한 결과와도 일치하였다. 고등학생 이하의 자녀를 둔 부모를 대상으로 한 Kwon

et al.(2010)의 연구에서 식품구매 시 주의 깊게 살펴보는 영양성분을 조사한 결과 지방>열량>나트륨>단백질>탄수화물>칼슘>트랜스지방 순이었다. 성인여성을 대상으로 한 Chung과 Kim(2007)의 연구에선 영양표시 이용군의 대부분이 총열량과 지방을 가장 주의 깊게 보는 것으로 나타났다, 대전 지역 주부를 대상으로 조사한 Choi와 Chung(2003)의 연구 결과 총열량, 칼슘, 콜레스테롤을 주로 확인하는 것으로 나타났으며 상대적으로 심혈관질환 등 만성질환과 관련이 있는 포화지방과 나트륨에 대한 관심은 적은 것으로 나타나 본 연구결과와는 일치하지 않았다. 최근 국민건강영양조사(Ministry of Health and Welfare 2012)에서 영양표시 사항 중 주의 깊게 살펴보는

영양소로 19-29세는 열량(62.5%), 트랜스지방(7.9%)이었고, 30-49세는 열량(43.1%), 나트륨(14.7%), 트랜스지방(14.8%), 50-64세는 열량(30.2%), 나트륨(11.0%), 콜레스테롤(16.5%), 지방(13.1%), 트랜스지방(11.0%)으로 연령이 증가할수록 열량 보다는 심혈관계 질환 유발과 직접적으로 관련된 영양소에 대한 관심이 증가하는 것을 볼 수 있다. 이는 최근 우리나라 국민들의 나트륨 과잉섭취가 문제 시 되고 한국인 사망원인 2, 3위가 뇌혈관 질환 및 심장질환으로 보고됨에 따라 각 지역구 보건소에서 시행하는 저염식 캠페인 등에 의한 홍보 및 교육의 영향으로 소

비자들이 식품 구매 시 나트륨의 함량을 주의 깊게 살펴보는 것으로 여겨진다. 이와 같이 조사대상자들의 관심 영양 성분 순위의 차이는 조사시기와 당시 중요시 다루어지는 영양적 이슈에 따라 조금씩 달라지는 것으로 사료된다.

6. 영양지식, 영양정보의 습득 경로 및 영양정보의 실생활 반영정도 비교

<Table 7>은 영양에 대한 지식을 조사한 문항으로 맞으면 1점, 틀리면 0점으로 처리하였다. 정답률이 높은 항

<Table 7> Nutrition knowledge score of the subject

Variables	Check (n=112)	No check (n=154)	Total (n=266)	p-value ¹⁾
Each gram of fat provides twice as many calories as a gram of carbohydrate.	0.52 ± 0.06 ²⁾	0.57 ± 0.05	0.55 ± 0.04	0.425
Cholesterol is harmful to human body, and it should not be taken.	0.68 ± 0.06	0.71 ± 0.05	0.70 ± 0.04	0.482
Lack of vitamin D and calcium causes osteoporosis.	0.89 ± 0.04	0.87 ± 0.03	0.88 ± 0.02	0.647
Ideal loss of body weight for a diet is 0.5kg per week.	0.66 ± 0.06	0.55 ± 0.05	0.59 ± 0.04	0.263
All people need the same amount of nutrients.	0.95 ± 0.03	0.95 ± 0.02	0.95 ± 0.01	0.967
Unsweetened juice does not include sugar.	0.84 ± 0.05	0.79 ± 0.04	0.81 ± 0.03	0.751
Lack of iron causes anemia.	0.93 ± 0.03	0.94 ± 0.02	0.93 ± 0.02	0.921
A child is recommended to drink 4 to 5 cups of milk a day to prevent anemia and promote growth.	0.68 ± 0.06	0.75 ± 0.04	0.72 ± 0.03	0.406
When a child rejects eating vegetable, the vegetable needs to be provided along with the food the child likes, or sweet-smelling and nutritive spices.	0.89 ± 0.04	0.87 ± 0.03	0.88 ± 0.02	0.647
A snack provides a child with supplementary energy and nutrients, which may lack in the three-time meals as well as emotional satisfaction.	0.95 ± 0.03	0.91 ± 0.03	0.92 ± 0.02	0.397
The contents of nutrients may differ according to how food is cooked.	0.96 ± 0.02	0.97 ± 0.01	0.97 ± 0.01	0.772
Foods for cold storage can be stored for a long time if they are kept in a freezer.	0.86 ± 0.04	0.81 ± 0.04	0.83 ± 0.03	0.393
Knives and kitchen boards have to be used for meat ahead of vegetables at home to prevent food poisoning caused by cross-contamination.	0.91 ± 0.03	0.91 ± 0.03	0.91 ± 0.02	0.931
Vegetables have similar nutrients regardless of their colors.	0.98 ± 0.01	0.99 ± 0.01	0.98 ± 0.01	0.839
Although a person is not grown up very well due to insufficient food intake during the growth period, the insufficient nutrients may be made up later.	0.98 ± 0.01	0.99 ± 0.01	0.98 ± 0.01	0.839

1) p-value by independent t-test

2) Mean±SE.

목은 영양표시 확인군과 미확인군 모두 ‘채소는 색깔에 관계없이 비슷한 영양소를 가지고 있다’와 성장기에 충분히 먹지 못하여 성장이 지연되더라도 나중에 부족한 것을 보충해주면 된다’, ‘식품은 조리방법에 따라 영양소 함량이 달라질 수 있다’ 순이었으며, 정답률이 낮은 항목은 영양표시 확인군의 경우 ‘지방은 같은 양의 탄수화물 열량의 2배이다’ 0.52점, ‘다이어트를 위한 이상적인 체중 감량은 1주일에 0.5kg이 적당하다’ 0.66점, ‘콜레스테롤은 우리 몸에 해로우므로 섭취하지 말아야 한다’와 ‘유아의 빈혈예방과 성장을 위해 하루에 4~5컵의 우유 섭취를 권장한다’ 0.68점 순이었으며, 영양표시 미확인군의 경우 ‘다이어트를 위한 이상적인 체중 감량은 1주일에 0.5kg이 적당하다’ 0.55점, ‘지방은 같은 양의 탄수화물 열량의 2배이다’ 0.57점, ‘콜레스테롤은 우리 몸에 해로우므로 섭취하지 말아야 한다’ 0.71점 순이었으나 영양표시 확인군과 미확인군 간의 영양지식에 대한 유의적인 차이는 나타나지 않았다.

영양표시제도의 중요성에 대한 인식과 영양정보 습득 경로 및 실생활에서 영양정보 반영정도를 조사한 결과를 <Table 8>에 제시하였다. 영양표시제도의 중요성에 대해 영양표시 확인군은 ‘중요하다’가 53.6%로 영양표시 미확인군 24.7%에 비해 유의적으로 높게 나타난 반면 영양표

시 미확인군은 ‘조금 중요하다’와 ‘중요하지 않다’가 68.8%로 영양표시 확인군 37.5%보다 유의적으로 높게 나타났다 ($p<0.001$). 영양정보 습득 경로는 두군 모두 주로 대중매체를 통해 정보를 습득하고 있었으나 영양표시 확인군의 경우 전문서적이 35.7%로 영양표시 미확인군 7.8%에 비해 유의적으로 높게 나타났다 ($p<0.001$). 영양정보의 실생활 반영정도는 영양표시 확인군의 경우 많이 반영한다와 대체로 반영한다고 응답한 비율이 19.6%와 67.9%로 영양표시 미확인군의 3.9%와 41.6%에 비해 유의적으로 높았고 영양표시 미확인군은 조금 반영한다와 반영하지 않는다에 응답한 비율이 영양표시 확인군에 비해 높게 나타났다($p<0.001$). 이는 영양표시를 이용하는 군이 이용하지 않는 군에 비하여 아침식사 빈도가 높고 저칼로리 음식을 주로 섭취하는 등 영양과 건강에 대한 관심이 많았고 실제 식생활에 많이 반영하는 것으로 조사된 선행 연구 결과와 유사하게 나타났다(Chung & Kim, 2007), 여대생을 대상으로 조사한 Yu *et al.*(2012)의 연구에서 영양표시를 확인하는 학생과 확인하지 않는 학생들의 영양에 대한 관심은 유의적인 차이가 있었다는 보고와도 일치하였다.

2012년 국민건강영양조사에 의하면 가공식품 선택 시

(Table 8) Understanding of the significance of nutrition labeling and sources for acquiring nutrition information and its application to actual daily life

Variables	Check (n=112)	No check (n=154)	Total (n=266)	p-value ¹⁾	
Significance of nutrition labeling	Well aware	10(8.9) ²⁾	10(6.5)	20(7.5)	0.000
	Aware	60(53.6)	38(24.7)	98(36.8)	
	A little aware	42(37.5)	88(57.1)	130(48.9)	
	Hardly aware	0(0.0)	18(11.7)	18(6.8)	
Sources of nutrition information	Technical books	40(35.7)	12(7.8)	52(19.5)	0.000
	Mass-media	58(51.8)	118(76.6)	176(66.2)	
	Friends and neighbors	10(8.9)	20(13.0)	30(11.3)	
	Nutrition education program	4(3.6)	4(2.6)	8(3.0)	
Application of nutrition information in daily life	Much	22(19.6)	6(3.9)	28(10.5)	0.000
	Generally	76(67.9)	64(41.6)	140(52.6)	
	A little	14(12.5)	80(51.9)	94(35.3)	
	Not at all	0(0.0)	4(2.6)	4(1.5)	

1) p-value by chi-square test

2) N (%)

영양표시 이용률을 살펴 본 결과 남자 17.3%, 여자 33.1%로 남자보다 여자가 2배 정도 높았다. 또한 여성에서 영양표시를 읽는 비율은 19-29세 45.5%, 30-49세 45.6%였다. 이는 남성보다 여성이, 연령별로는 20대-40대가 영양과 건강에 대해 더 많은 관심을 갖고 있음을 보여준다. 가정에서 식생활을 담당하는 주부의 식습관과 식태도는 가족 전체의 식품 및 영양소 섭취 상태에 영향을 미치며 이는 가족 구성원의 건강에 직접적인 영향을 줄 수 있다. 따라서 주부들을 대상으로 영양과 건강에 대한 교육과 함께 영양지식 및 정보를 실생활에 반영하려는 실천력을 길러줄 수 있는 교육이 이루어진다면 식품 구매 시 영양표시 활용이 높아지고 이를 식생활에 반영함으로써 주부 자신은 물론 가족 구성원의 건강 증진에도 기여 할 수 있을 것으로 사료된다. 한편 본 연구의 제한점은 영양정보의 실생활 반영 정도에 대해 조사대상자들의 자각정도만을 조사하였다. 따라서 향후 영양정보를 실생활에 어떻게 반영하는지에 대한 세부 조사가 필요할 것으로 생각된다.

IV. 요약 및 결론

본 연구는 경기지역 일부에 거주하는 주부 266명을 대상으로 영양표시 확인 여부에 따른 식태도, 식습관, 영양지식 및 영양정보의 실생활 이용정도의 차이를 조사하였다.

1. 조사 대상자의 일반적인 특성을 살펴 본 결과 연령별 분포는 20-29세 6명(2.3%), 30-39세 172명(64.7%), 40-49세 84명(31.6%), 50대 이상 4명(1.5%)이었고, 교육 수준은 중학교 졸업이하 6명(2.3%), 고등학교 졸업이하 66명(24.8%), 대학교 졸업이하 165명(62.0%), 대학원 이상 29명(10.9%)이었다. 취업여부에 있어서는 전업주부가 132명(49.6%), 단순판매직 10명(3.8%), 전문직 51명(19.2%), 사무직 41명(15.4%), 기타 32명(12.0%)이었다. 동거 가족 수는 2인 이하 10명(3.8%), 3인 60명(22.6%), 4인 152명(57.1%), 5인 이상 44명(16.5%)이었고, 월 평균 가계소득은 400만원 이상 108명(40.6%), 300-399만원 78명(29.3%), 200-299만원 62명(23.3%), 100-199만원 16명(6.0%) 100만원 이하 2명(0.8%) 순이었다. 가정에서 조리의 주체를 조사한 결과 194명(72.9%)이 본인 스스로 조리하는 것으로 응답하였고 72명(27.1%)은 어머니, 가정관리사 등의 도움을 받는 것으로 나타났다. ‘영양표시 확인군’

은 112명, ‘영양표시 미확인군’은 154명에 해당하였다.

2. 본 연구 대상자들의 식태도를 조사한 결과, ‘영양이 건강에 영향을 준다고 생각한다’(p<0.001), ‘영양과 건강 정보에 대해 많은 관심을 갖고 있다’(p<0.001), ‘새로운 조리법을 개발하여 다양하게 조리하는 것을 좋아 한다’(p<0.01), ‘꾸준히 새로운 음식을 먹어보기 위해 시도 한다’(p<0.001)는 항목의 점수는 영양표시 확인군이 영양표시 미확인군에 비해 유의적으로 높았고, ‘현재 섭취하고 있는 식품에 문제가 있더라도 내가 만족한다면 바꿀 이유가 없다’(p<0.01), ‘식품선택 시 영양보다 가격이 더 중요하다’(p<0.001) 항목은 영양표시 확인군의 점수가 영양표시 미확인군에 비해 유의적으로 낮게 나타났다.

3. 조사 대상자들의 식습관 및 간식습관을 살펴본 결과 식습관은 두 군간의 유의적인 차이가 없었다. 간식습관의 경우 간식을 주로 섭취하는 시간은 영양표시 미확인군은 아침식사 전, 아침식사-점심식사 사이와 밤 10시 이후로 응답한 비율이 영양표시 확인군 보다 유의적으로 높게 나타났다(p<0.05). 간식을 섭취하는 이유는 영양표시 확인군은 ‘영양소 섭취를 위해’가 영양표시 미확인군 보다 높게 나타났고, 영양표시 미확인군은 ‘식사섭취가 불충분해서’와 ‘충동적으로’ 섭취한다고 응답한 비율이 영양표시 확인군보다 높게 나타났다(p<0.01).

4. 영양표시 확인의 필요성 및 영양표시 미확인 이유를 조사한 결과, 제품구매 시 영양표시 확인의 필요성에 대해 영양표시 확인군은 ‘타제품과 비교하기 위하여’(12.5% vs. 6.5%), ‘건강에 유익한 식품을 구매하기 위하여’(55.4% vs. 39.0%)라고 응답한 비율이 높게 나타난 반면 미확인군은 ‘안전성 확인’(10.7% vs. 24.7%)과 ‘체중감량을 위해’(8.9% vs. 15.6%)라고 응답한 비율이 영양표시 확인군에 비해 높게 나타났다(p<0.01). 영양표시 미확인군을 대상으로 영양표시를 확인하지 않는 이유를 살펴본 결과 ‘글씨가 너무 작거나 조잡함’(50.0%), ‘이해하기 어려움’(26.6%), ‘무관심’(13.0%), ‘도움이 되지 않음’(10.4%) 순이었다.

5. 식품구매 시 주의 깊게 살펴보는 영양성분은 영양표시 확인군은 탄수화물(7.1% vs. 3.2%), 당류(14.3% vs. 2.6%), 단백질(7.1% vs. 2.6%)의 확인빈도가 영양표시 미확인군에 비해 높게 나타난 반면 영양표시 미확인군은 영양표시 확인군에 비해 칼로리(5.4% vs. 26.0%)와 콜레스테롤(3.6% vs. 12.3%), 비타민류(0.0% vs. 2.6%)를 주로 확인하는 것으로 나타났다(p<0.001).

6. 영양표시제도의 중요성에 대한 인식과 영양정보습득

경로 및 영양정보의 실생활 반영정도를 조사한 결과 영양 표시 확인군은 영양표시제도에 대해 ‘매우 중요하다’와 ‘중요하다’에 대한 응답률(62.5%)이 영양표시 미확인군(31.2%)에 비해 높게 나타난 반면 영양표시 미확인군은 ‘조금 중요하다’와 ‘중요하지 않다’에 대한 응답률(68.8%)이 영양표시 확인군(37.5%) 보다 높게 나타났다($p<0.001$). 영양정보 습득 경로는 영양표시 확인군의 경우 전문서적을 통한 습득(35.7%)이 영양표시 미확인군(7.8%)에 비해 유의적으로 높게 나타났다($p<0.001$). 영양정보의 실생활 반영정도는 영양표시 확인군의 경우 ‘많이 반영한다’와 ‘대체로 반영한다’고 응답한 비율(87.5%)이 영양표시 미확인군(45.5%)에 비해 유의적으로 높았다($p<0.001$).

이상의 결과를 살펴보면, 식품 구매 시 영양성분표시를 확인하는 주부들의 경우 식태도와 간식습관이 양호하였고 타제품 구매 시 ‘제품 간의 비교’와 ‘보다 나은 건강식품 구매’를 위해 영양성분 표시를 활용하는 것으로 나타났다. 또한 일반적인 영양지식 정도의 차이는 나타나지 않았으나 영양표시 확인군의 경우 영양성분표시제도의 중요성에 대한 인식과 영양정보를 실생활에 반영하는 정도가 높게 나타났다. 따라서 가족들의 식습관에 많은 영향을 미칠 수 있는 주부들을 대상으로 영양과 건강에 대한 정기적인 교육 프로그램을 마련하고, 영양표시제도에 대한 홍보를 강화하여 다양한 캠페인 등을 통해 식품 구매 시 영양성분 확인에 대한 중요성을 인지시킴으로써 주부 자신은 물론 가족들의 올바른 식습관 확립 및 건강증진에 기여할 수 있을 것으로 생각된다. 더불어 일반인들이 이해하고 활용하기 쉽도록 영양성분 표기 방법에 대한 개선이 병행되어야 할 것으로 사료된다.

주제어: 영양표시, 식태도, 식습관, 주부

REFERENCES

- Chai, B. S. (1990). The trends and prospects of Korean dietary intakes. *Korean Journal of Nutrition*, 23, 187-196.
- Chang, N. (1997). Food/Nutrition attitudes, views and practices of adults in Seoul area. *Korean Journal of Nutrition*, 30(3), 360-369.
- Cho, S. H. & Yu, H. H. (2007). Nutrition knowledge, dietary attitudes, dietary habits and awareness of food-nutrition labeling by girl's high school students. *Korean Journal of Community Nutrition*, 12(5), 519-533.
- Choi, J. H. & Chung Y. J. (2003). Consumer preferred formats of nutrition labels - Housewives of Daejeon city. *Korean Journal of Community Nutrition*, 8(2), 220-230.
- Chung, J. & Kim, M. J. (2007). Using and understanding of nutrition labels and related factors among female adults in the Seoul area. *Korean Journal of Community Nutrition*, 12(4), 417-425.
- Joo, N., Yoon, J., Kim, O., Ko, Y., Jung, H. & Choi, E. (2005). A survey on the recognition and satisfaction of food labeling system in Seoul and Geongsangnamdo area. *Korean Journal of Food Culture*, 20(5), 525-531.
- Kang, H., Shin, E. J., Kim, H. N., Eom, K. Y., Kwon, K. I., Kim, S. Y., Moon, G. I., Kang, B. W. & Kim, J. W. (2011). Food nutrition labeling (Processing food, Food service business) in Korea. *Food Science and Industry*, 44(1), 21-27.
- Kim, N. Y. & Lee, J. S. (2009). A study on perception and utilization of food-nutrition labeling by age in Busan residents. *Journal of the Korean Society of Food Science and Nutrition*, 38(12), 1801-1810.
- Korea Food & Drug Administration. (2005). Commentaries of Foods Labeling Standards.
- Korea Food & Drug Administration. (2007). Food Labeling Standards.
- Korea National Statistical Office. (2012). Report on the cause of death 2012.
- Kwon, K. L., Park, S. H., Lee, J. H., Kim, J. Y., Yoo, K. S., Lee, J. S., Kim, S. Y., Sung, H. N., Nam, H. S., Kim, J. W., Lee, H. Y., Park, H. K. & Kim, M. C. (2007). Prevalence of nutrition labeling and claims on processed, and packaged foods. *Korean Journal of Community Nutrition*, 12(2), 206-213.
- Kwon, K. I., Yoon, S. W., Kim, S. J., Kang, H., Kim, H. N., Kim, J. Y., Kim, S. Y., Kim, K., Lee, J. H., Jung, S. M., Oek, S. W., Lee, E. J., Kim, J.

- W., Kim, M. C. & Park, H. K. (2010). A survey on customers' perceptions of nutrition labeling for processed food and restaurant meal. *Korean Journal of Nutrition*, 43(2), 181-188.
- Lee, K.J. & Lee, Y.H. (2004). A study on the dietary life of housewives and their usage practices of food-nutrition labelling. *Journal of East Asian Society of Dietary Life*, 14(2), 161-174.
- Lee, J. S. (2009). Perception on nutrition labeling of the processed food among elementary school teachers in Busan. *Korean Journal of Community Nutrition*, 14(4), 430-440.
- Lee, K. A., Lee, H. J. & Park, E. (2010). The effect of use of nutrition labelling on knowledge and perception of nutrition labelling, and awareness of nutrition labelling usefulness with among college students. *Journal of the Korean Society of Food Science and Nutrition*, 39(2), 253-266.
- Lim, Y. H. & Na, M. I. (2008). A survey on dining-out behaviors and food habits of housewives in Daejeon. *Korean Journal of Food Culture*, 23(1), 1-9.
- Ministry of Health and Welfare. (2012). Report on 2012 National Health and Nutrition Survey-Nutrition Survey.
- Park, H. R. & Min, Y. H. (1995). A basic research for the adoption and implementation of nutrition labeling: with a reference to the consumer awareness. *Korean Journal of Dietary Culture*, 10(3), 155-166.
- Roe, B. & Teisl, M. F. (2007). Genetically modified food labeling: The impacts of message and messenger on consumer perceptions of labels and products. *Food Policy*, 32, 49-66.
- Satia, J. A., Galanko, J. A. & Neuhouser, M. L. (2005). Food nutrition label use is associated with demographic, behavioral, and psychosocial factors and dietary intake among African Americans in North Carolina. *Journal of the American Dietetic Association*, 105(3), 392-402.
- Shin, K. O., Yoon, J. A., Lee, J. S., Chung, K. H. & Choi, S. N. (2010). A comparison study on interest of dietary life behavior, nutrient intake and health between full-time and working housewives. *Korean Journal of Food Culture*, 25(3), 285-295.
- Sohn, C. Y. (2009). Perception of nutrition labeling on restaurant menus among adults in Suwon. *Korean Journal of Community Nutrition*, 14(4), 420-429.
- Song, H. G. & Kim, H. K. (2008). An influence on consumption toward health by the tendency of healthful menu choice in dining-out consumer focused on the Well-being tendency and LOHAS. *Korea Journal of Tourism and Hospitality Research*, 22(1), 83-99.
- Yu, K. H., Kim, M. J. & Ly, S. Y. (2012). A comparison of convenience food purchasing behaviors and food habits : How female college students use nutrition labelings. *Korean Journal of Food & Nutrition*, 25(1), 1-8.

Received. 1 May 2014; 1st Revised 10 June 2014;

Accepted 10 June 2014