

2023. 4. 27.(목) 석간용

이 보도 자료는 2023년 4월 27일 06:00부터 보도할 수 있습니다.



## 보도 자료

담당 부서: 시민건강국 식품정책과

식품정책과장	정진숙	02-2133-4700
식품안전팀장	차원경	02-2133-4730
담당자	이해연	02-2133-4738
관련 누리집 (메뉴)	<a href="http://fsi.seoul.go.kr">http://fsi.seoul.go.kr</a> 상단<먹거리정책> → 좌측<먹거리통계>	

사진 없음  사진 있음  쪽수: 6쪽

### 서울시민, 코로나 3년간 '즐거운 식사 중요' 인식 증가...요리의 즐거움도 늘어

- 시민 행복에 미치는 '먹거리·식생활 중요도' 7.64점(10점평균)으로, 증가 추세
- 채소류 적절 섭취지는 전년보다 6.9%p 감소, 가당음료 과다섭취지는 2.7%p 증가
- 시민 87.3% 서울시내에서 판매되는 식품 '안전하다'...국내산 식재료 '안전' 97.3%
- 시, 안전한 식품 즐겁게 소비할 수 있는 '식생활자침' 마련, 간편소비 식품 관리 강화

서울시가 2022.7.11.~8.12. 기간에 시민 3,904명(2,000가구)을 대상으로 <서울시먹거리통계조사>를 실시한 결과, 시민이 행복해지는데 '먹거리·식생활이 중요하다'는 인식과 '즐거운 식사 경험'이 증가한 것으로 나타났다.

○ '서울시먹거리통계조사'는 식습관, 식품소비, 먹거리 이해력(지식, 태도, 실천) 등 먹거리 관련 인식 및 행태와 먹거리와 식생활이 행복을 비롯해 일상생활에 미치는 영향, 그리고 정책 요구도를 살펴보기 위해 매년 실시하고 있다.

## 〈시민, 먹거리 통해 행복과 즐거움 얻는 경험 증가〉

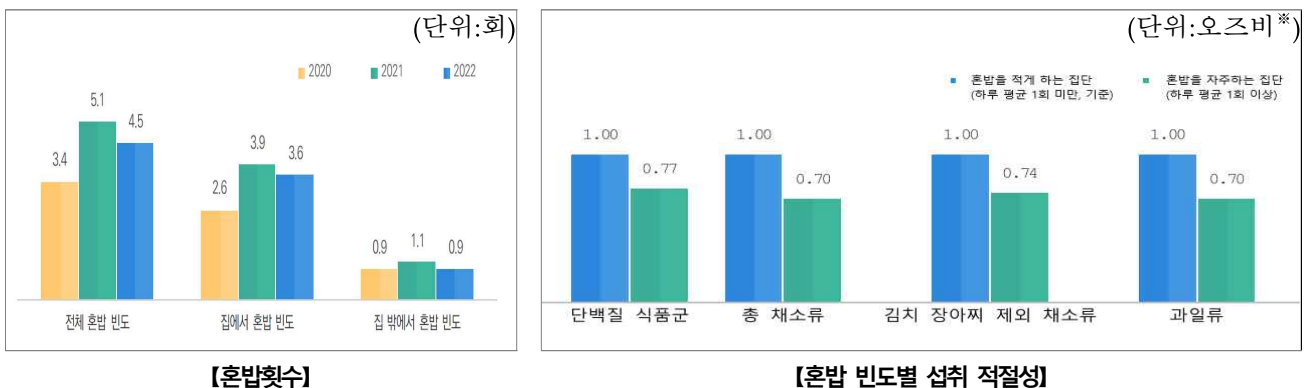
- 지난 3년간('20~'22) 먹거리통계조사에서 시민이 먹거리를 통해 실제로 행복과 즐거움을 얻는 행동에서 증가 추세인 항목은 '요리하는 것이 즐거움' 5.58점(5.44점, '20년), '식사 시 다양한 감각을 음미' 5.97점(5.78점, '20년), '음식을 주변 사람들과 함께 하는 것이 좋음' 6.29점 (5.57점, '20년) 등 즐거운 식사 경험인 것으로 나타났다. 특히 음식을 주변 사람과 나누어 먹거나 함께 하는 즐거움이 가장 크게 증가했다.(자료2 참조)
- 반면, 먹거리와 식생활 만족도는 6.85점으로 전년도 6.95점보다 소폭 하락했다. 하락 폭이 가장 큰 집단은 70세 이상, 월평균 가구소득이 200만원 이하이나, 20대와 월평균 가구소득이 350만원 이상~700만원 미만인 중층과 중상층은 증가하여, 지난 3년간 연령 및 소득별 먹거리·식생활 만족도 격차가 커지는 경향을 보여주고 있다.(자료1. 참조)
- 또한, '22년 조사결과 행복에 미치는 '먹거리·식생활 중요도'는 7.64점으로(10점 평균) 나타나, '21년 7.51점 보다 높아진 것으로 조사됐다.
- 시민이 행복해지는데 '먹거리와 식생활'의 중요도가 가장 높은 상태를 10점으로 했을 때, 중요도를 가장 높게 평가한 집단은 30대(7.86점), 부부가구(7.68점), 주부(7.73점), 월평균 가구소득 200~350만원(7.88점)으로 나타났다.(자료1. 참조)
- 서울시는 이번 결과에서 먹거리와 식생활이 시민의 행복에 긍정적인 영향을 주는 것으로 나타났고, 해마다 먹거리를 통해 즐거움과 행복을 찾는 시민이 늘었다는 것은 요즘 건강 트렌드로 부상한 헬시 플래저에 따른 소비 행태가 반영된 것으로 보인다고 설명했다.
- 헬시 플래저(Healthy Pleasure)는 2022년 10대 트렌드 중 하나로, '건강(health)을 관리하는 것이 즐겁다(pleasure)'는 의미이다.

## 〈채소류 적절 섭취자는 감소, 가당음료 과다 섭취자는 증가〉

□ 시민의 일주일간 혼밥 횟수는 '22년에는 4.5회로 전년(5.1회) 대비 감소했으나, '20년(3.4회) 보다 높게 나타났다.

- 장소별 혼밥 빈도는 집에서 3.6회, 바깥에서 0.9회로 나타났고, 혼밥을 자주 하는 집단이 적게 하는 집단보다 충분하게 섭취할 확률이 단백질은 23%, 채소류와 과일류는 30% 낮은 것으로 나타났다.
- 혼밥을 하는 가장 큰 이유가 '같이 먹을 사람이 없어서' 69.3%이고, 70세 이상(86.3%), 1인가구(91.7%) 등 사회적 고립계층에서 높다.

### 【 혼밥 및 혼밥 횟수에 따른 식품군별 섭취 기준 충족 】



※오즈비는 두 범주의 발생 확률로, 본 분석에서 발생확률(종속변수)은 식품군의 섭취 기준을 충족했는지 여부(1 충족, 0 미충족)로 평가함

□ 전년도에 비해 식품군별로 적절하게 섭취하는 시민은 늘어났으나, 채소류는 28.7%로 지난해(35.6%)에 비해 6.9%p 감소했다. 또한, 가당음료를 주 3회 이상 과다 섭취하는 시민은 2.7%p 증가해 개인의 식품 선호에 따라 편향된 식품을 섭취하는 것으로 나타났다.

- 지난 3년간 전곡류는 60%이상의 높은 적절 섭취율을 유지하고, '고기·생선·달걀·콩류'가 19.8%로 가장 낮으나 지난 2년에 비해 적절 섭취율이 증가 추세로 나타났다.
- 특히, 하루 1회 이상 섭취하는 시민의 비율이 증가한 식품군은 육류(구이 및 튀김) 17.1%(7.7%, '20년)와 가당음료 32.2%(19.4%, '20년)로,

크게 증가한 것으로 나타났다.

- '22년은 코로나19, 세계적 식량 가격 상승 등으로 인해 식품물가가 이슈가 확대된 해로, 시민 10명 중 8명은 식품비 부담이 크다고 응답했다.
  - 1년 전 서울시 먹거리 물가를 100으로 봤을 때, '22년 현재 서울시 먹거리 체감물가 수준은 평균 126.2%로 응답했고, 본인의 소비수준을 고려했을 때 시민의 81.7%가 식품비가 부담된다고 응답했다.
  - 식품비가 부담된다고 응답한 시민 중 1년 전과 비교한 먹거리 소비유형 변화로, '다양한 식품구매 자제하고 꼭 필요한 식품만 구매'(59.2%)가 가장 높고, 다음으로 '가격이 낮은식품(수입산 등) 대체'(28.1%), '저렴한 가공식품 구매'(25.4%) '식사횟수를 줄이거나 간편식 식사를 늘림'(12.9%) 순으로 나타났다.
  
- 구매 채널별 식품구매 비중은 오프라인 74.6%, 온라인 25.4%로 나타났다으나, 20·30대는 온라인과 배달/포장 음식 이용 비중이 타 연령에 비해 높게 나타났다.
  - 온라인 식품구매 비중이 높은 대상은 20대(40.0%)·30대(41.2%)로, 이들 대부분이(99.7%) 온라인을 이용한 식품·배달 주문이 가능하나, 60대 이상은 응답이 낮아(60대 36.9%, 70세이상 9.4%) 연령별 온라인 식품 구매 이용 능력 격차가 큰 것으로 나타났다.
  - 시민의 71.2%가 배달/포장 음식을 이용하고, 일주일 평균 1.1회 이용하는 것으로 나타났다. 특히 30대는 일주일 평균 1.5회, 청년(20·30대) 1인가구는 1.6회로 평균보다 자주 이용하고 있다.

### 〈시민 87.3% 서울시내 판매 식품 '안전하다' 인식〉

- 시민의 87.3%는 서울시내에서 판매되는 식품이 '안전하다'(대체로 안전하다

82.5%+매우 안전하다 4.8%)고 응답해, 시민 대부분이 서울시내 판매 식품을 안전하다고 생각하는 것으로 나타났다.

○ 식품안전 체감이 가장 높은 식품은 ‘국내산 식재료(97.3%)’로, 특히 ‘매우 안전’하다는 응답율이 높게(43.0%) 나타났다. 그리고 외식·매식의 안전 체감율은 매장(방문 및 포장) 음식 76.7%, 배달음식 59.3%로 낮게 평가됐다.

○ 최근 소비가 늘어나는 간편하고 편리한 식품의 안전 체감율은 ‘신선편의 식품’이 84.7%로 가장 높았고, 조리세트(밀키트) 71.3%, 즉석조리식품 63.1%, 즉석섭취식품 51.8% 순이다.

○ 한편, 시민이 생각하는 식품이 안전하지 않은 원인은, 식품업체의 열악한 제조 및 유통환경 57.3%, 업체의 식품안전의식 부족 53.0% 등으로 나타났다.

□ 서울시는 조사 결과를 반영해 시민의 균형있는 식품 섭취를 더욱 강화하기 위해 채소 섭취 늘리기, 당류 저감 챌린지 및 캠페인을 추진할 예정이다. 또한, 소비가 증가하는 가정편의식품 제조업체와 배달음식점을 대상으로 위생컨설팅 등 식품안전관리를 강화해 나간다.

□ 박유미 서울시 시민건강국장은 “달라진 식품 소비 행태에 맞게 시민이 건강과 먹는 즐거움을 모두 충족할 수 있도록 ‘식생활지침’을 개발·보급 하겠다. 소비가 간편하고 편리한 식품의 불안감을 해소하기 위해 안전 관리도 강화할 계획이다.”라고 말했다.

※ 붙임: 서울시먹거리통계조사 참고자료(연도별 결과)

자료1. 행복에 미치는 먹거리·식생활 중요도와 먹거리·식생활 만족도

(단위 : 0~10점 척도, 평균)

구분		행복에 미치는 먹거리·식생활 중요도			먹거리·식생활 만족도		
		2020년	2021년	2022년	2020년	2021년	2022년
전체		7.61	7.51	7.64	6.81	6.95	6.85
연령	만18~29세	7.49	7.59	7.64	6.96	6.88	7.07
	30대	7.64	7.70	7.86	6.95	7.25	7.20
	40대	7.82	7.53	7.69	7.12	7.13	7.08
	50대	7.53	7.56	7.57	6.71	7.02	6.83
	60대	7.62	7.29	7.42	6.69	6.67	6.65
	70대 이상	7.46	7.32	7.78	5.90	6.55	5.47
가구 형태	1인 가구	7.43	7.30	7.58	6.35	6.52	6.26
	부부 가구	7.60	7.45	7.68	6.69	6.97	6.97
	2세대 이상 가구	7.67	7.61	7.64	6.97	7.08	7.01
직업	관리/전문/사무직	7.59	7.67	7.69	6.93	7.20	7.12
	서비스/판매직	7.58	7.48	7.71	6.76	7.00	6.88
	기능/노무직	7.52	7.02	7.42	6.68	6.33	6.48
	학생	7.57	7.46	7.46	7.26	6.78	7.12
	주부	7.83	7.55	7.73	6.76	6.94	6.66
	무직/기타	7.34	7.53	7.43	6.11	6.44	5.72
월평균 가구소득	200만원 미만	7.42	7.19	7.46	6.09	6.08	5.71
	200~350만원 미만	7.57	7.41	7.88	6.65	6.78	6.55
	350~500만원 미만	7.56	7.47	7.68	6.77	6.93	6.98
	500~700만원 미만	7.61	7.65	7.56	6.96	7.20	7.24
	700만원 이상	7.94	7.72	7.50	7.51	7.36	7.19

자료2. '즐거운 식사경험' 항목별 결과

(단위 : 0~10점 척도, 평균)

구분		요리하는 것은 즐거움			식사 시 다양한 감각 음미			음식을 주변 사람들과 함께 함이 좋음		
		2020	2021	2022	2020	2021	2022	2020	2021	2022
전체		5.44	5.52	5.58	5.78	6.10	5.97	5.57	6.12	6.29
연령	만18~29세	4.66	5.00	5.06	5.31	5.96	5.38	4.84	5.65	6.01
	30대	5.53	5.75	5.78	5.71	6.34	6.29	5.22	6.08	6.32
	40대	5.85	5.88	5.98	6.06	6.27	6.41	5.81	6.27	6.47
	50대	5.66	5.76	5.81	5.84	6.12	6.18	5.89	6.23	6.47
	60대	5.64	5.47	5.71	5.94	5.93	5.85	6.07	6.41	6.53
	70대 이상	5.18	5.11	4.62	5.88	5.96	5.54	5.75	6.18	5.44