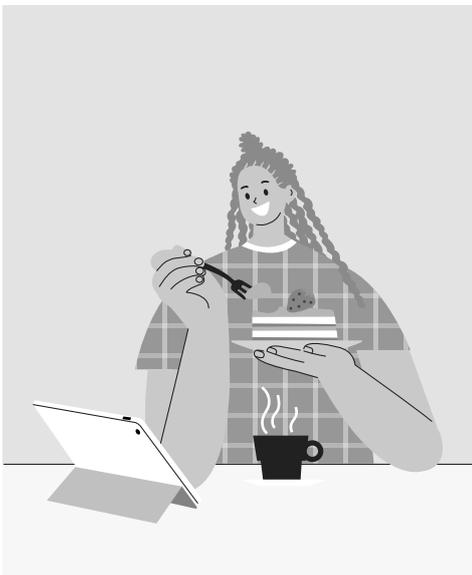


밥은 잘 먹고 있나요?

2024 안산시 1인 가구 청년 먹거리 실태조사 결과보고서



| | |
|-------------------------------------|----|
| 1. 안산시 1인 가구 청년 먹거리 실태조사 개요 | 03 |
| 2. 안산시 1인 가구 청년 먹거리 실태조사 결과 | 05 |
| 3. 안산시 1인 가구 청년 먹거리 실태조사 그룹인터뷰 결과 | 19 |
| 4. 안산시 1인 가구 청년 먹거리 실태조사 소결 및 정책 제언 | 32 |
| 5. 안산시 1인 가구 청년 먹거리 실태조사 결과 토론회 | 35 |
| 6. 안산시 1인 가구 청년 먹거리 실태조사 설문조사지 | 48 |

밥은
잘 먹고
있나요?

2024 안산시 1인 가구 청년 먹거리 실태조사 결과보고서

1. 안산시 1인 가구 청년 먹거리 실태조사 개요

○ 목적

- 안산시의 전체 인구 중 33.6%가 청년이며, 안산시 1인 가구 중 청년 비중은 34.3%를 차지하고 있음. 언론을 통해 1인 가구 청년들이 식재료의 양, 가격, 주거 환경 등 여러 이유로 인해 간편식 위주로 먹는 문제를 해결하는 등 먹거리 문제에서 취약하다는 것을 확인할 수 있음
- 건강 문제와 바로 연결되는 먹거리 문제는 중요한데 노인, 아동에 비해 청년들의 먹거리 문제는 사각지대라고 할 수 있음. 청년들이 취약한 먹거리 환경에 놓여 있지만 또한 문제를 해결할 수 있는 역량을 가지고 있기도 함
- 지역의 청년들과 함께 지역에 거주하는 1인 청년들의 먹거리 현황을 파악하고, 교육·캠페인 등을 통해 중요성을 알리고, 당사자 커뮤니티를 구성해 청년들의 건강한 먹거리 문제를 지속적으로 해결해 나가기 위한 토대를 만들고자 함

○ G-SDGs 목표

- 02. 안전한 먹거리를 안정적으로 공급하는 지역 식량 체계를 갖춘다
- 03. 전 생애에 걸쳐 맞춤형 건강 서비스를 제공한다
- 16. 투명하고 참여적인 거버넌스를 통해 능력 있는 시민과 책임 있는 정부를 만든다

○ 방법

- 본 연구는 안산시에 거주하는 청년 1인 가구 당사자의 전반적인 먹거리 실태를 확인하고, 정책 의견 등을 수합하기 위해 **설문조사와 그룹인터뷰 방식**으로 진행하였음

1) 설문조사 개요

- 설문조사 기간은 2024년 8월 21일부터 9월 11일까지 약 3주간 진행되었으며, 조사 대상은 안산시에 거주하는 19세 이상~39세 이하 1인 가구 청년으로 한정하였음
- 가족 외 동거인(친구, 애인 등)과 같이 사는 경우도 1인 가구로 정의함
- 설문에 참가한 1,098명 중 설문 대상자에 해당하지 않는 결측 응답자를 제외하고, 총 1,005명에 대해 완료함(목표수 500명)
- 비율은 소수점 한자리 단위로 반올림 처리하였으며, 이로 인해 소수점 합계가 100.0%가 되지 않을 수 있음

2) 설문조사 세부 사항

| 구분 | 내용 |
|-------------------|--|
| 연구 참여자 선정 기준 및 방법 | <ul style="list-style-type: none"> - 설문기간 : 2024.8.21. ~ 9.11 - 설문 참여자(실측치) : 1,005명 - 선정 기준 : 안산시에서 살아가는 1인 가구 청년 - 선정 방법 : 성별, 연령, 직종을 고려한 목적 표집 |
| 모집 방법 | - 안산지역 청년 커뮤니티, SNS를 활용한 홍보를 통해 모집 |
| 조사 질문 | <p>[설문지]</p> <ul style="list-style-type: none"> - 응답자 기본사항 : 성별, 연령, 거주 지역, 직종, 거주기간 등 - 생활형태 : 구성원 수, 독립생활 기간, 독립 이유, 집의 종류, 월 평균 소득, 식비 비중 등 - 식생활 습관 : 기본 및 식사, 식재료 구입, 조리 등 - 건강행태 : 운동, 수면시간 등 - 먹거리 인식 : 한 끼 식사 비용, 건강한 먹거리 기준, 식생활 영향, 식생활 만족도, 식생활 아쉬운 점, 원하는 지원 정책 등 |

<표 1-1> 설문조사 세부 사항

3) 그룹인터뷰(FGI) 개요

- 청년 먹거리 실태를 직접 만나 파악하고자 그룹인터뷰를 진행함
- 2024년 10월 2일(수) 저녁 7시~8시 30분(1시간 30분), 스페이스 오즈에서 설문조사에 참가한 안산시에 거주하는 19세 이상~39세 이하 1인 가구 청년 9명을 대상으로 진행함
- 그룹인터뷰는 '설문조사 참여 소감, 식생활 일지 작성 및 소감, 식생활 만족도, 건강 밥상 기준, 건강한 식생활을 위해 필요한 것, 걱정 한 끼 밥값' 등을 바탕으로 진행함

2. 안산시 1인 가구 청년 먹거리 실태조사 결과

1) 참여자 특성

- 성별, 연령, 구성원 수, 종사 형태, 거주기간, 거주 지역 등
- 가족 외 동거인(친구, 애인 등)과 같이 사는 경우도 1인 가구로 정의함
- 종사 형태의 경우 2개까지 중복 선택 가능

| | 구분 | 인원 | 퍼센트(%) |
|-------|-----------|-----|--------|
| 성별 | 남성 | 390 | 38.8 |
| | 여성 | 615 | 61.2 |
| 연령 | 19세~22세 | 45 | 4.5 |
| | 23세~26세 | 324 | 32.2 |
| | 27세~30세 | 291 | 29 |
| | 31세~34세 | 204 | 20.3 |
| | 35세~39세 | 141 | 14 |
| 구성원 수 | 1인 가구 | 795 | 79.1 |
| | 2인 가구 | 150 | 14.9 |
| | 3인 가구 이상 | 60 | 6 |
| 종사 형태 | 학생(재/휴학생) | 125 | 12.4 |
| | 직장인(정규직) | 435 | 43.3 |
| | 직장인(비정규직) | 178 | 17.7 |
| | 프리랜서 | 76 | 7.6 |
| | 아르바이트생 | 138 | 13.7 |
| | 자영업자 | 48 | 4.8 |
| | 창업자 | 17 | 1.7 |
| | 취업준비자 | 77 | 7.7 |
| | 실·휴직자 | 33 | 3.3 |
| 거주기간 | 무직 | 1 | 0.1 |
| | 1년 미만 | 104 | 10.3 |
| | 1~5년 | 335 | 33.3 |
| | 5~10년 | 280 | 27.9 |
| | 10~20년 | 112 | 11.1 |
| | 20~30년 | 116 | 11.5 |
| | 30년 이상 | 58 | 5.8 |

<표 2-1> 설문조사 참여자 특성

| 구분 | 인원 | 퍼센트(%) | |
|-------|-----|--------|-----|
| 고잔동 | 161 | 16 | |
| 대부동 | 50 | 5 | |
| 반월동 | 62 | 6.2 | |
| 백운동 | 49 | 4.9 | |
| 본오동 | 89 | 8.9 | |
| 부곡동 | 43 | 4.3 | |
| 사동 | 79 | 7.9 | |
| 사이동 | 27 | 2.7 | |
| 선부동 | 62 | 6.2 | |
| 성포동 | 33 | 3.3 | |
| 거주 지역 | 신길동 | 27 | 2.7 |
| 안산동 | 26 | 2.6 | |
| 와동 | 36 | 3.6 | |
| 원곡동 | 30 | 3 | |
| 월피동 | 50 | 5 | |
| 이동 | 34 | 3.4 | |
| 일동 | 23 | 2.3 | |
| 중앙동 | 51 | 5.1 | |
| 초지동 | 47 | 4.7 | |
| 해양동 | 15 | 1.5 | |
| 호수동 | 11 | 1.1 | |

<표 2-2> 설문조사 참여자 특성

2) 생활 형태

- 독립생활 기간, 독립 이유, 집의 종류, 월 평균 소득, 식비 비중 등
- '독립 이유'의 경우 2개까지 중복 선택 가능하게 함

2-1) 독립생활 기간 및 이유

- 독립 생활 기간으로는 '2년 이상 4년 미만(29.8%), 4년 이상 6년 미만(22.2%), 1년 이상 2년 미만 (20.4%), 1년 미만(12.5%), 6년 이상 9년 미만(7.5%), 10년 이상(4.2%), 8년 이상 10년 미만(3.5%) 순'으로 나타남
- 독립 이유는 '직장과의 거리 때문에(44.2%), 부모나 형제로부터 독립하기 위해(41.2%), 학업 문제로 (20.3%)'가 높은 비율로 차지하였음

| | 구분 | 인원 | 퍼센트(%) |
|----------|-----------------------|-----|--------|
| 독립 생활 기간 | 1년 미만 | 126 | 12.5 |
| | 1년 이상 2년 미만 | 205 | 20.4 |
| | 2년 이상 4년 미만 | 299 | 29.8 |
| | 4년 이상 6년 미만 | 223 | 22.2 |
| | 6년 이상 8년 미만 | 75 | 7.5 |
| | 8년 이상 10년 미만 | 35 | 3.5 |
| | 10년 이상 | 42 | 4.2 |
| 독립 이유 | 직장과의 거리 때문에 | 444 | 44.2 |
| | 부모나 형제로부터 독립하기 위해 | 414 | 41.2 |
| | 학업 문제로 | 204 | 20.3 |
| | 동거, 결혼, 이혼, 사별 등의 변화로 | 73 | 7.3 |
| | 내 집 마련을 위한 방법으로 | 48 | 4.8 |

<표 2-3> 독립 생활 기간 및 이유

2-2) 집의 종류

- 안산시 1인 가구 청년의 주거 형태 비율은 '연립·다세대·다가구 거주(37.6%)' 비율이 가장 높으며, 오피스텔·도시형생활주택(29.7%)도 높게 나타남

| | 구분 | 인원 | 퍼센트(%) |
|-------|----------------------------|-----|--------|
| 집의 종류 | 연립/다세대/다가구 주택 | 378 | 37.6 |
| | 오피스텔/도시형생활주택 | 298 | 29.7 |
| | 아파트 | 178 | 17.7 |
| | 단독주택 | 102 | 10.1 |
| | 비거주용 건물(상가, 공장, 여관, 고시원 등) | 29 | 2.9 |
| | 기숙사 | 20 | 2 |

<표 2-4> 집의 종류

2-3) 월 평균 소득 및 식비 비중

- 안산시 1인 가구 청년 월 평균 소득은 '월 200만원 이상 300만원 미만(49.6%)'이 가장 많았고, 월 소득 중 식비 비중은 '10% 초과 30% 이하(51.2%), 30% 초과 50% 이하(35.4%)' 순으로 '50% 이하 식비 비중(89.9%)'이 대부분을 차지하였음
- 이후 소득별 식비 비중에 대한 분석 필요함

| 구분 | | 인원 | 퍼센트(%) |
|--------------|---------------------|-----|--------|
| 월 평균 소득 | 월 100만원 이하(무급 포함) | 35 | 3.4 |
| | 월 100만원 이상 | 100 | 10 |
| | 월 100만원 이상 200만원 미만 | 118 | 11.7 |
| | 월 200만원 이상 300만원 미만 | 498 | 49.6 |
| | 월 300만원 이상 400만원 미만 | 190 | 18.9 |
| | 월 400만원 이상 500만원 미만 | 48 | 4.8 |
| | 월 500만원 이상 | 16 | 1.6 |
| 월 소득 중 식비 비중 | 10% 이하 | 33 | 3.3 |
| | 10% 초과 30% 이하 | 515 | 51.2 |
| | 30% 초과 50% 이하 | 356 | 35.4 |
| | 50% 초과 70% 이하 | 89 | 8.9 |
| | 70% 초과 90% 이하 | 11 | 1.1 |
| | 90% 초과 | 1 | 0.1 |

<표 2-5> 월 평균 소득 및 월 소득 중 식비 비중

3) 식생활 습관

- 기본 및 식사, 식재료 구입, 조리 등

3-1) 기본 및 식사

3-1-1) 식생활 형편 및 식사 횟수

- 안산시 1인 가구 청년들은 '충분한 양의 음식을 먹을 수 있었으나, 다양한 종류의 음식은 먹지 못했다 (61.4%)'고 대부분 응답했고, 식사 횟수는 '평균 2회(74.1%)'가 가장 많았음

| 구분 | | 인원 | 퍼센트(%) |
|--------|--|-----|--------|
| 식생활 형편 | 원하는 만큼 충분한 양과 다양한 종류의 음식을 먹을 수 있었다 | 201 | 20 |
| | 충분한 양의 음식을 먹을 수 있었으나, 다양한 종류의 음식은 먹지 못했다 | 617 | 61.4 |
| | 경제적으로 어려워서 가끔 먹을 것이 부족했다 | 170 | 16.9 |
| | 경제적으로 어려워서 자주 먹을 것이 부족했다 | 17 | 1.7 |
| 식사 횟수 | 1회 | 62 | 6.2 |
| | 2회 | 745 | 74.1 |
| | 3회 | 192 | 19.1 |
| | 4회 | 6 | 0.6 |

<표 2-6> 식생활 형편 및 식사 횟수

3-1-2) 식사 방식

- 안산시 1인 가구 청년들이 '누구와 어떻게 무엇을 먹는지' 알아보기 위해 '식사 인원, 방식, 이유, 음식 종류' 등에 관하여 질의하였고, 각 문항당 2개까지 중복 체크 가능하게 함
- 안산시 1인 가구 청년들은 '혼자(79.3%), 배달(54.7%)'로 식사를 하는 비중이 가장 높았고, 그 이유는 '편리해서(44.4%), 시간이 없어서(34.7%) 등'이었음.
- 식사 때 먹는 음식의 종류는 '육류(37.8%)와 국류(37.7%), 면류(35.9%), 밥류(34.6%), 분식류(24.5%)' 등의 순으로 나타남. '채소·과일류(8.4%)와 생선류(5.4%) 비중은 낮게 나타남

| | 구분 | 인원 | 퍼센트(%) |
|----------|---------------------|-----|--------|
| 누구와 식사 | 혼자 | 797 | 79.3 |
| | 동료 | 319 | 31.7 |
| | 친구 | 235 | 23.4 |
| | 연인 | 172 | 17.1 |
| | 가족 | 98 | 9.8 |
| 식사 방식 | 배달 | 550 | 54.7 |
| | 직접조리 | 485 | 48.3 |
| | 식당 | 457 | 45.5 |
| | 밀키트 | 163 | 16.2 |
| | 편의점 | 152 | 15.1 |
| 식사 방식 이유 | 편리해서 | 446 | 44.4 |
| | 시간이 없어서 | 349 | 34.7 |
| | 저렴해서 | 327 | 32.5 |
| | 맛있어서 | 245 | 24.4 |
| | 건강을 위해서 | 149 | 14.8 |
| | 식재료 보관이 어려워서 | 145 | 14.4 |
| | 요리할 줄 몰라서 | 119 | 11.8 |
| | 조리도구가 없어서 | 38 | 3.8 |
| | 기타(혼자 마땅치 않아서) | 1 | 0.1 |
| 음식 종류 | 육류(치킨,보쌈,닭볶음탕,삼겹살) | 380 | 37.8 |
| | 국류(국,탕,찌개,짜글이,전골 등) | 379 | 37.7 |
| | 면류(국수,파스타,라면 등) | 361 | 35.9 |
| | 죽/밥류/반찬류(죽,밥,김치 등) | 348 | 34.6 |
| | 분식류(떡볶이,돈가스 등) | 246 | 24.5 |
| | 채소·과일류(샐러드,쌈 등) | 84 | 8.4 |
| | 생선류(생선구이 등) | 54 | 5.4 |
| | 기타(빵류,닭가슴살 등) | 8 | 0.8 |

<표 2-7> 식사 방식

3-1-3) 과일·채소/간식·후식 섭취 정도

- 간식·후식 섭취 종류 문항은 2개까지 중복 체크 가능하게 함
- 과일 및 채소 섭취 횟수는 '거의 안 먹음(37.1%), 1~2일(26.9%), 3~4일(21.4%)' 순으로 나타났으며, 식사 대신 간식 또는 후식을 먹는 횟수는 '1~2일(36.4%), 3~4일(36.1%)' 순으로 나타났음.
- 간식 또는 후식으로 섭취하는 음식으로는 '커피(41%)'가 가장 높은 비율을 차지하였음.

| 구분 | | 인원 | 퍼센트(%) |
|-------------------------|--------------------|-----|--------|
| 과일 채소 섭취 횟수 | 7일(매일) | 46 | 4.6 |
| | 5~6일 | 101 | 10 |
| | 3~4일 | 215 | 21.4 |
| | 1~2일 | 270 | 26.9 |
| | 거의 안 먹음 | 373 | 37.1 |
| 식사 대신 간식·후식 먹는 횟수 | 7일(매일) | 43 | 4.3 |
| | 5~6일 | 84 | 8.4 |
| | 3~4일 | 363 | 36.1 |
| | 1~2일 | 366 | 36.4 |
| | 거의 안 먹음 | 149 | 14.8 |
| 간식·후식 섭취 종류 | 커피 | 412 | 41 |
| | 케이크, 빵 | 381 | 37.9 |
| | 과자 | 320 | 31.8 |
| | 차, 음료 | 156 | 15.5 |
| | 술 | 132 | 13.1 |
| | 초콜릿, 사탕 | 64 | 6.4 |
| | 떡 | 57 | 5.7 |
| | 안 먹음 | 50 | 5 |
| | 기타(아이스크림, 프로틴음료 등) | 19 | 1.9 |

<표 2-8> 과일·채소/간식·후식 섭취 정도

3-1-4) 외식

- 일주일 기준으로 '외식 횟수, 외식 이유, 만족도' 등을 질의하였고, 외식 이유를 묻는 문항은 2개까지 중복 체크 가능하게 하였음
- 일주일 기준으로 외식 횟수는 '1~2일(32.1%), 3~4일(23.3%)'순으로 나타났으며 '매일 외식한다'는 응답자도 22.4%를 차지하였음
- '외식 하는 이유'로는 '편하게 먹을 수 있어서(42.6%), 귀찮아서(21.2%)' 순으로 나타났으며, 외식에 대한 만족도는 높은 편임(95.3%)

| | 구분 | 인원 | 퍼센트(%) |
|--------|-------------------|-------|--------|
| 외식 횟수 | 7일(매일) | 225 | 22.4 |
| | 5~6일 | 135 | 13.4 |
| | 3~4일 | 234 | 23.3 |
| | 1~2일 | 323 | 32.1 |
| | 거의 안 먹음 | 88 | 8.8 |
| 외식 이유 | 편하게 먹을 수 있어서 | 428 | 42.6 |
| | 귀찮아서 | 213 | 21.2 |
| | 시간이 없어서 | 191 | 19 |
| | 식사 약속이 있어서 | 181 | 18 |
| | 맛있어서 | 177 | 17.6 |
| | 음식을 만들 줄 몰라서 | 135 | 13.4 |
| | 해 먹는 것보다 저렴해서 | 121 | 12 |
| | 다른 선택권이 없어서 | 68 | 6.8 |
| | 기타 (남는 식재료 때문에 등) | 3 | 0.3 |
| | 외식 만족도 | 매우 만족 | 77 |
| 만족 | | 414 | 42 |
| 보통 | | 458 | 45.6 |
| 불만족 | | 44 | 4.7 |
| 매우 불만족 | | 12 | 1.2 |

<표 2-9> 외식

3-1-5) 식사 거름 및 과식 정도

- 일주일 기준으로 '식사 거름 경험 및 이유'와 한 달 기준으로 '과식 횟수와 이유'를 질의하였음
- 이유를 묻는 문항에는 2개까지 중복 체크 가능하게 함
- 일주일 기준으로, 1일 이상 식사를 거름 경험을 가진 청년은 65.4%였고, 이유로는 '귀찮아서(35.2%), 식욕이 없어서(18.4%), 시간이 없어서(14.9%), 돈을 아끼려고(12.9%)' 등이 있었음
- 한 달 기준으로 월 1회 이상 과식을 한 경험을 가진 청년은 85.5%였으며, 이유로는 '맛있어서(32.7%), 배고파서(29.9%), 스트레스 받아서(28.6%), 식사 시간이 불규칙해서(21.5%)'등으로 나타남. 기타 이유로는 '배달 음식 주문 시 1인분 이상이 배달되기 때문'이라는 응답이 가장 많았음.

| | 구분 | 인원 | 퍼센트(%) |
|----------|------------------|-------|--------|
| 식사 거른 횟수 | 7일(매일) | 25 | 2.5 |
| | 5~6일 | 165 | 16.4 |
| | 3~4일 | 137 | 13.6 |
| | 1~2일 | 331 | 32.9 |
| | 없음 | 347 | 34.5 |
| 식사 거른 이유 | 귀찮아서 | 354 | 35.2 |
| | 식사 거른 적 없음 | 252 | 25.1 |
| | 식욕이 없어서 | 185 | 18.4 |
| | 시간이 없어서 | 150 | 14.9 |
| | 돈을 아끼려고 | 130 | 12.9 |
| | 습관적으로 | 120 | 11.9 |
| | 혼자 먹기 싫어서 | 103 | 10.2 |
| | 다이어트를 위해 | 77 | 7.7 |
| | 기타(배달시킬 곳이 제한적임) | 1 | 0.1 |
| | 과식 횟수 | 거의 매일 | 21 |
| 주3~4회 | | 102 | 10.1 |
| 주1~2회 | | 376 | 37.4 |
| 월 1~2회 | | 361 | 35.9 |
| 없음 | | 145 | 14.4 |
| 과식 이유 | 맛있어서 | 329 | 32.7 |
| | 배고파서 | 300 | 29.9 |
| | 스트레스 받아서 | 287 | 28.6 |
| | 식사 시간이 불규칙해서 | 216 | 21.5 |
| | 습관적으로 | 134 | 13.3 |
| | 없음 | 126 | 12.5 |
| | 기타 | 9 | 0.9 |

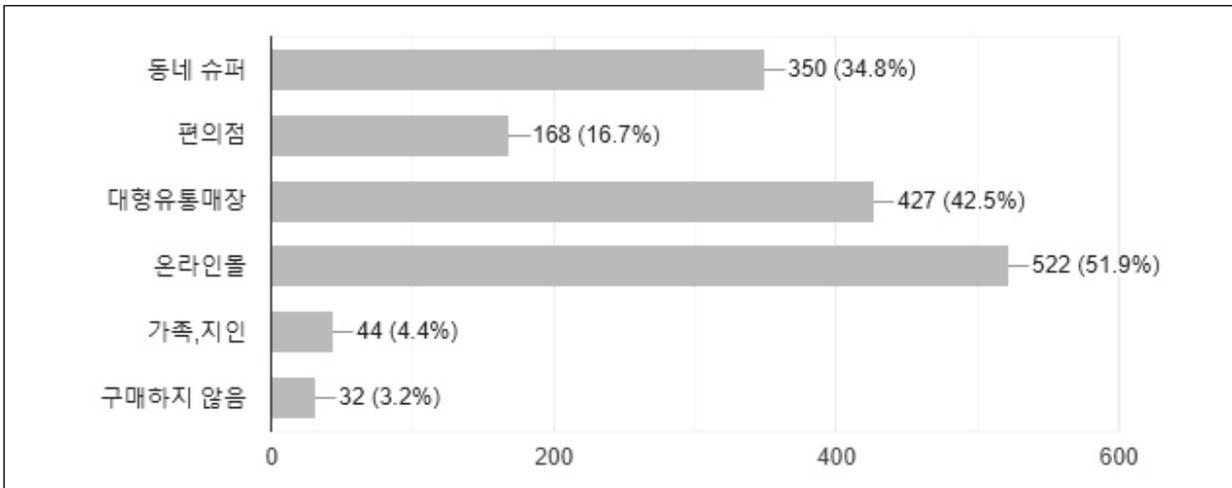
<표 2-9> 식사 거름 및 과식 정도

3-2) 식재료 구입

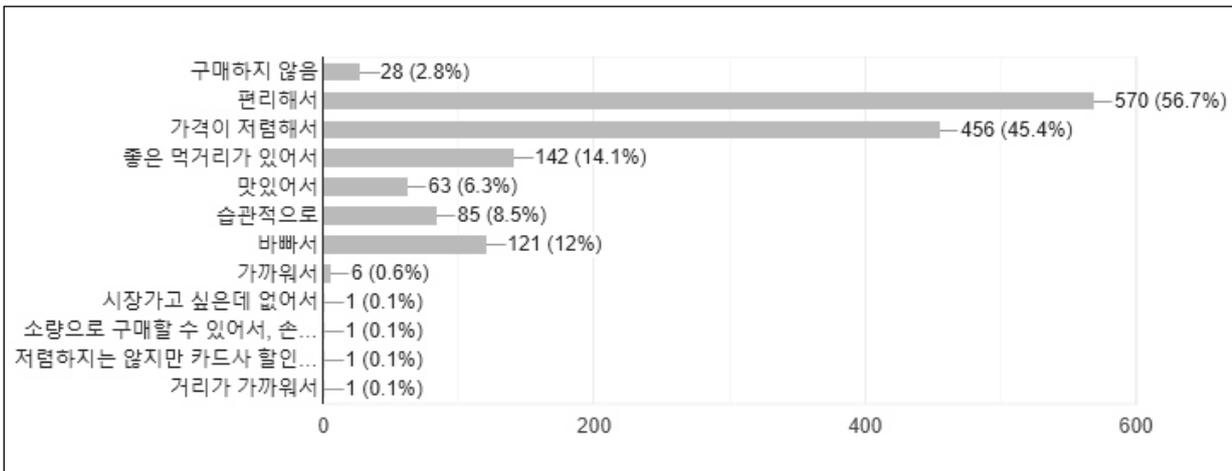
- 식재료 구입 방식과 이유, 식재료 구매 시 '원산지(국내산/수입산), 식품표시기준(식품첨가물 등), 친환경 여부'를 체크하는지 질의함
- '식재료 구입 방식과 이유'를 묻는 문항에는 2개까지 중복 체크 가능하게 함
- 식재료 구입 방식은 '온라인몰(51.9%)'이 가장 높았고, '대형유통매장(42.5%), 동네슈퍼(34.8%), 편의점(16.7%), 가족 및 지인(4.4%), 구매하지 않음(3.2%)' 순으로 나타남

- 식재료 구입을 위와 같은 방식으로 하는 이유로는 '편리해서(56.7%), 가격이 저렴해서(45.4%), 좋은 먹거리가 있어서(14.1%), 바빠서(12%), 습관적으로(8.5%), 맛있어서(6.3%), 구매하지 않음(2.8%)' 등의 순으로 나타났고, 기타 이유로는 '시장에 가고 싶은데 없어서, 소량으로 구매할 수 있어서, 카드사 할인이 되어서, 거리가 가까워서'등이 있었음.
- 식재료 구매 시 '원산지, 식품표시기준, 친환경여부'는 '신경쓰지 않는다'가 대부분 높았음. 특히 '친환경여부' 확인은 거의 안 하는 것으로 나타남

<그래프 2-10> 식재료 구입 방식



<그래프 2-11> 식재료 구입 방식 이유



| 구분 | 꼭 확인한다(인원) | 종종 확인한다(인원) | 신경쓰지 않는다(인원) |
|--------|------------|-------------|--------------|
| 원산지 | 220 | 393 | 401 |
| 식품표시기준 | 138 | 359 | 517 |
| 친환경여부 | 84 | 331 | 607 |

<표 2-12> 식재료 구매 시 확인 여부(원산지, 식품표시기준, 친환경 여부)

3-3) 조리

- 직접 조리 여부 및 조리 시 어려운 점(2개 까지 중복체크 가능)을 질의함
- 안산시 1인 가구 청년 중 80%는 직접 조리를 하는 편으로 나타남. 직접 조리를 하기 어려운 이유로는 '시간이 많이 걸린다(38.3%), 돈이 많이 든다(31.1%), 1인 분량을 맞추기 어렵다(27.8%)' 등이 있었고, 기타 의견으로 '1인분 식재료 구입이 어렵다, 남은 재료가 남아서 쓰레기가 된다'등의 중복응답이 있었음

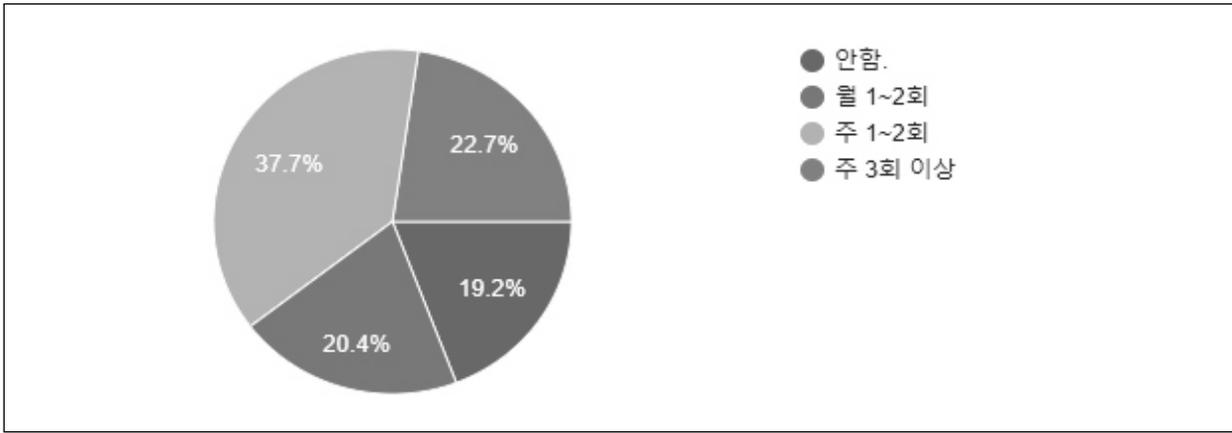
| | 구분 | 인원 | 퍼센트(%) |
|---------------|-------------------|-----|--------|
| 직접 조리 여부 | 매우 그렇다 | 105 | 10.4 |
| | 그렇다 | 266 | 26.5 |
| | 보통이다 | 433 | 43.1 |
| | 아니다 | 140 | 13.9 |
| | 전혀 아니다 | 61 | 6.1 |
| 음식 조리 시 어려운 점 | 시간이 많이 걸린다 | 385 | 38.3 |
| | 돈이 많이 든다 | 313 | 31.1 |
| | 1인 분량을 맞추기 어렵다 | 279 | 27.8 |
| | 정리하기가 힘들다 | 244 | 24.3 |
| | 재료 손질이 어렵다 | 236 | 23.5 |
| | 만드는 방법을 잘 모른다 | 154 | 15.3 |
| | 조리 공간이 열악하다 | 141 | 14 |
| | 어려운 점이 없다 | 26 | 2.6 |
| | 기타(재료가 남아서 버린다 등) | 10 | 1 |

<표 2-13> 조리

4) 건강행태

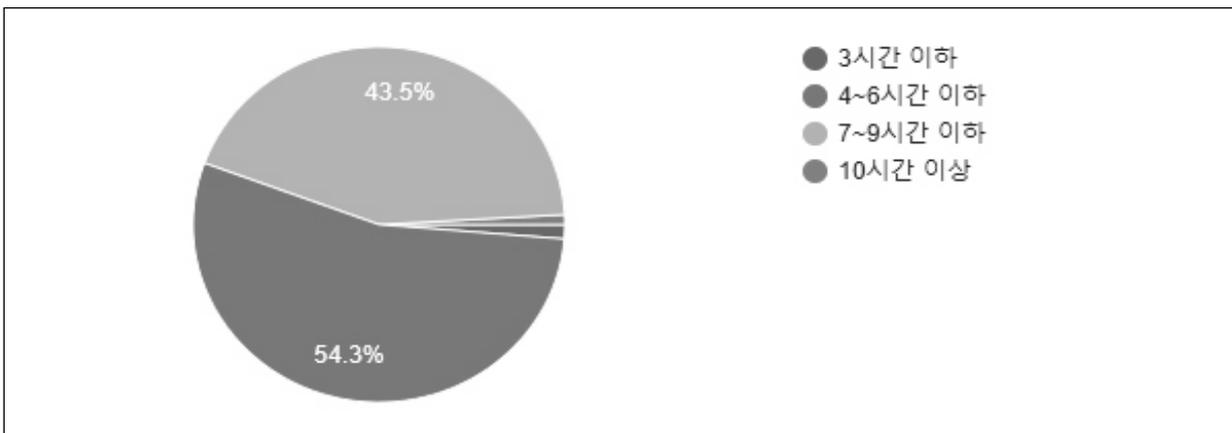
- 운동, 수면시간 등
- 월 1회 이상 운동하는 청년 비중이 80.8%인 것으로 나타남. 수면 시간은 '하루 평균 4~6시간 이하 (54.3%)'의 비중이 가장 높았음

<그래프/표 2-14> 일주일 운동 횟수



| 구분(인원) | 안함 | 월 1~2회 | 주 1~2회 | 주 3회 이상 |
|--------|-----|--------|--------|---------|
| 운동횟수 | 193 | 205 | 379 | 228 |

<그래프 2-15> 하루 평균 수면시간



| 구분(인원) | 3시간 이하 | 4~6시간 이하 | 7~9시간 이하 | 10시간 이상 |
|--------|--------|----------|----------|---------|
| 수면시간 | 13 | 546 | 437 | 9 |

5) 먹거리 인식

- 한 끼 식사 비용 및 적정 비용, 건강한 먹거리 기준, 식생활 영향, 식생활 만족도, 식생활 아쉬운 점, 원하는 지원 정책 등
- '건강 먹거리 기준 및 식생활 아쉬운 점, 가장 먼저 지원되어야 하는 먹거리 정책'의 문항은 2개까지 중복 체크 가능하게 함

5-1-1) 식사 비용

- 안산시 1인 가구 청년들의 한 끼 식사 비용은 '8,000원~9,000원(31.3%), 10,000원~12,000원(30.4%)' 순으로 나타남
- 안산시 1인 가구 청년들이 원하는 한 끼 식사 비용은 '6,000원~7,000원 (43.2%), 8,000원~9,000원(33.8%)'로 나타남

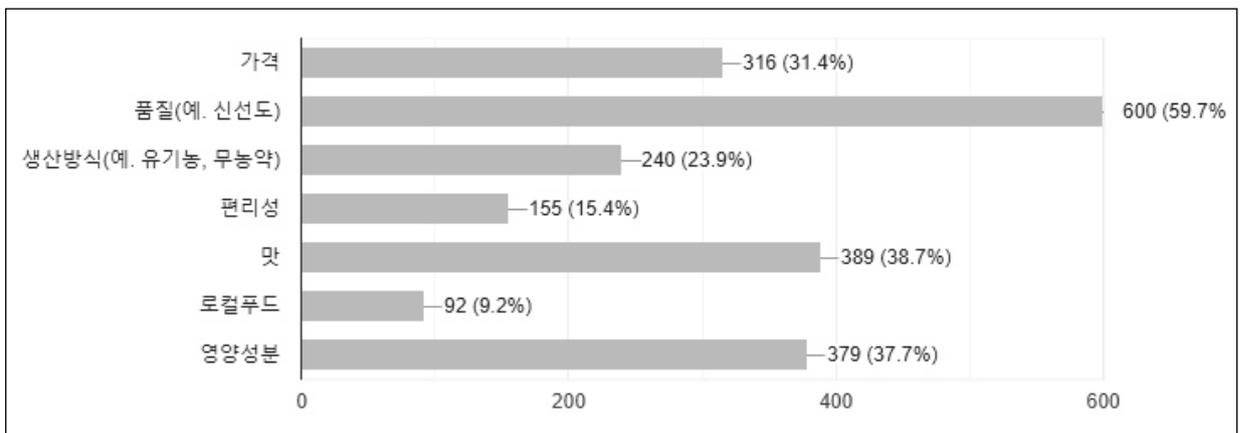
| 구분 | | 인원 | 퍼센트(%) |
|-----------------|-----------------|-----|--------|
| 한 끼 식사 평균 비용 | 5,000원 이내 | 41 | 4.1 |
| | 6,000원~7,000원 | 194 | 19.3 |
| | 8,000원~9,000원 | 315 | 31.3 |
| | 10,000원~12,000원 | 306 | 30.4 |
| | 13,000원~15,000원 | 108 | 10.7 |
| | 16,000원 이상 | 41 | 4.1 |
| 한 끼 식사 적정 비용 | 5,000원 이내 | 81 | 8.1 |
| | 6,000원~7,000원 | 434 | 43.2 |
| | 8,000원~9,000원 | 340 | 33.8 |
| | 10,000원~12,000원 | 112 | 11.1 |
| | 13,000원~15,000원 | 32 | 3.2 |
| | 16,000원 이상 | 6 | 0.6 |

<표 2-16> 식사 비용

5-1-2) 건강 먹거리 기준

- 안산시 1인 가구 청년들이 생각하는 건강 먹거리의 기준은 '품질(59.7%), 맛(38.7%), 영양성분 (37.7%), 가격(31.4%)' 등으로 순으로 나타남

<그래프 2-17> 건강 먹거리 기준



5-1-3) 식생활

- 식생활에 영향을 주는 것으로는 '돈(56%)'이 가장 높은 비율을 차지했고, 아쉬운 점 역시 '재정적 부담(70.6%)'이 가장 큰 것으로 나타남. 아쉬운 점에서 '관계의 단절(외로움, 혼밥)'의 비중도 16.7%로 꽤 높게 나타남
- 기타 아쉬운 점으로 '채식을 하고 싶은데 식당에 메뉴가 없음, 협소한 조리 공간, 배달 음식을 많이 시켜 먹게 됨, 야식' 등이 있었음
- 식생활 만족도는 '매우 만족(5.3%), 만족한다(32%), 모르겠다(37.5%)' 순으로 나타남

| 구분 | | 인원 | 퍼센트(%) |
|--------------|-------------------|---------|--------|
| 식생활에 영향 주는 것 | 돈 | 563 | 56 |
| | 시간 | 201 | 20 |
| | 가족 | 86 | 8.6 |
| | 유행(먹방, 맛집 등) | 78 | 7.8 |
| | 친구, 지인 | 70 | 7 |
| | 기타 | 7 | 0.6 |
| | 식생활 만족도 | 매우 만족한다 | 53 |
| | 만족한다 | 322 | 32 |
| | 모르겠다 | 377 | 37.5 |
| | 불만족한다 | 227 | 22.6 |
| | 매우 불만족한다 | 26 | 2.6 |
| 식생활 아쉬운 점 | 재정적 부담 | 710 | 70.6 |
| | 시간의 부족 | 291 | 29 |
| | 영양 부족 | 273 | 27.2 |
| | 관계의 단절(외로움, 혼밥 등) | 168 | 16.7 |
| | 환경(가정적, 사회적) | 164 | 16.3 |
| | 정보의 부족 | 114 | 11.3 |
| | 기타 | 7 | 0.7 |

<표 2-18> 식생활

5-1-4) 먹거리 지원 정책 우선 순위

- 1인 가구 청년의 먹거리를 위해 가장 먼저 지원되어야 하는 정책을 질의.
2개까지 중복 체크 가능하게 함
- 가장 먼저 지원되어야 하는 먹거리 정책으로 '현금 지원 정책(42.6%), 식료품 지원 확대(38.7%), 안심하고 좋은 먹거리를 구입할 수 있는 구매처 확대(24.6%), 대학 또는 청년 층 다수 이용시설 대상 공급식 확대(22.2%)' 등의 순으로 나타남. 기타 의견으로 '1인가구를 위한 소량 판매 확대·지원'이 중복 응답으로 나옴

| 구분 | | 인원 | 퍼센트(%) |
|-------------------------|---|-----|--------|
| 가장 먼저 지원되어야 하는 정책 | 현금 지원 정책(전자카드, 지역화폐 등) | 428 | 42.6 |
| | 식료품 지원 확대(바우처, 꾸러미 제공 등) | 389 | 38.7 |
| | 안심하고 좋은 먹거리를 구입할 수 있는 구매처 확대 | 247 | 24.6 |
| | 대학 또는 청년 층 다수 이용시설 대상 공공급식 확대 | 223 | 22.2 |
| | 지역 내 안전한 먹거리 식당 선정 및 홍보 | 131 | 13 |
| | 안전한 먹거리 및 건강한 식생활에 대한 정확한 정보 제공 및 교육 | 112 | 11.1 |
| | 식생활 공동체 확대(공유부엌, 마을급식 등) | 91 | 9.1 |
| | 구내식당의 채식 메뉴 선택권 보장 | 90 | 9 |
| | 정기적인 식생활 실태조사 | 86 | 8.6 |
| | 기타 | 7 | 0.7 |

<표 2-19> 먹거리 정책 우선 순위

3. 안산시 1인 가구 청년 먹거리 실태조사 그룹인터뷰 결과

○ 안산시 1인 가구 청년 먹거리 실태조사 그룹인터뷰 개요

- 1) **목표** : 청년 먹거리 실태를 직접 만나 파악한다.
- 2) **일시/장소** : 2024년 10월 2일(수) 저녁 7시-8시30분, 스페이스 오즈
- 3) **방식/참가자** : 3명씩*3회(총 9명) 같은 질문으로 진행
 - A그룹 : 남(2년 거주, 28세), 여(안산토박이, 31세), 여(8년 거주, 29세)
 - B그룹 : 남(아르바이트, 23세), 여(학생, 24세), 여(직장인, 28세)
 - C그룹 : 남(31세, 독립 4~6년), 여(24세 1인, 25세 1인, 독립 2~4년)
- 4) **전체 프로그램**
 - 06:40~07:00(20') 참가자 체크, 안내
 - 07:00~07:05(05') 취지 및 실태조사 결과 소개, 인터뷰 시 유의 사항 나눔
 - 07:05~08:20(75') 그룹별 인터뷰 진행
 - 08:20~08:30(10') 마무리/광고(그룹별 소개하고 싶은 내용/적정가격)

[그룹인터뷰 순서(75')]

- **서로 소개(5')**
 - Q. 자기소개, 실태조사 참여하며 어땠는지?
- **식생활 일지 작성 및 나눔(40')**
 - Q. 식생활일지(3일 기준)를 작성한 소감은? 전반 만족도는?
 - Q. 건강밥상 기준(환경/시간/건강/문화/관계) 중 중요하다고 생각하는 것은?
기준에 맞추어서 나의 식생활은 이루어지고 있는지?
 - Q. 나의 건강한 식생활을 위해 필요한 것은?
- **공통 질문 나눔(25')**
 - Q. 건강한 식생활을 위해 안산청년들에게 필요한 것은? (대안/바라는 점)
 - Q. 적정하다고 생각하는 한 끼 밥값은? 그룹별로 정해주세요!
- **마무리 소감(5')**

* 건강 기준 이미지 및 식생활일지 맨 뒷장 별첨 첨부

안산 청년 1인가구 실태조사 그룹인터뷰 [A]

1. 서로소개

- 1(남, 안산 2년 거주, 28세) / 2(안산토박이, 31세) / 3(안산 8년 거주, 29세)

2. 실태조사 참여하며 어땠나요?

- 1 : 인스타 보다가 실태조사를 하게 되었음. 참여하게 된 이유 중 하나는 혼자 살다 보니 냉동식품을 데워먹을 때가 많음. 나만 이렇게 살고 있는지, 다른 분들의 삶도 궁금했음. (Q. 참여하면서 어려운 것이 있었나? 어려운 건 없었음)
- 2 : SNS에서 보고 참여함. 먹거리에 관심이 많은데 특히 비혼과 건강 주제로 관심이 많음. 나도 다른 분들은 어떤 삶을 살고 있는지 궁금해서 참여함.
- 3 : SNS에서 보고 참여함. 식욕이 많이 없다가 실태조사 시즌인 8월 말 9월 초는 식욕이 생겨 삼시세끼 챙겨 먹는 것이 좋았음. 그래서 더욱 관심 있게 참여함.

3. 식생활 일지 작성 및 나눔

1) 식생활일지(3일 기준)를 작성한 소감은? 전반 만족도는?

[1]

- 소감: 할인하는 대량의 냉동식품(치킨텐더 등) 많이 삼. 나가서 먹으면 식비가 많이 들어서 집에서 간단히 먹음. 식단을 알고는 있었는데, 조금이라도 채소를 먹어야 하지 않을까 생각이 들었음.
- 만족도: 닭갈비(4점, 호텔 밥이다 보니 가격대가 있어서 4점) 빼고 다 3점. 회사에서 메뉴 선택권이 없음.
- 하고 싶은 말: 이렇게 계속 챙겨 먹으면 건강이 안 좋아지겠다는 생각. 조금 더 건강식을 위주로 챙겨 먹어야겠다.

[2]

- 소감: 건강을 위해 탄,단,지(탄수화물,단백질,지방)를 지키려고 노력하고 있음. 평일은 집에서 간단하게 먹는 경우가 많고, 주말은 밖에서 먹는 경우가 많음. 1인 가구다 보니 가격의 신경을 쓰는 경우가 많음. 요리를 하고 싶은 마음이 크데 어려움이 있음. (식재료를 사면 썩힘, 전부 다 구매를 해야한다는 부담)
- 만족도: 집(3점), 밖에서(5점) / 3점의 이유는 매번 식단이 똑같아서.

[3]

- 소감: 식단을 매일 사진으로 찍음. 탄단지 지키면서 하고 있음. 배달을 잘 안 시킴. 밖 음식을 별로 안 좋아함. 자취 초반에만 냉동식품을 먹었고, 되도록 해 먹으려고 함.

2) 서로 식단일지를 들으면서 어떤가요?

- 1: 초반 자취할 때는 요리하는 것을 좋아해서 많이 해먹었는데 그때 생각이 남. 지금은 배달을 잘 안 시켜 먹는데 퇴근하고 시간 애매하다 싶으면 회사 근처에서 식사 해결함.

3) 건강밥상 기준(환경/시간/건강/문화/관계) 중 중요하다고 생각하는 것은? 기준에 맞추어서 나의 식생활은 이루어지고 있는지?

[1]

- 순위: 관계-시간-환경-건강-문화
- '한 식구'라는 문구를 좋아함. 식구라는 게 입구 먹을 식 같이 밥을 먹으면 한식구가 됨. 누구랑 점심을 먹고 저녁을 먹는지 중요한 것 같음. 시간은 혼자 먹으면 상관없지만 누구와 밥을 먹는 게 나의 시간, 상대방의 시간을 소비하는 것 같아서 중요함. 회사 사람 빼면 혼자 먹는 시간이 많은 편, 혼자, 회사 제외하면 가끔 주중에도 저녁에 모여서 밥을 먹을 때가 있음. (주말, 공휴일)
- 그렇게 식생활이 이루어지는가? 역설적으로 필요하다고 느껴서 고름.

[2]

- 순위: 건강-시간-관계-문화-환경
- 탄단지를 챙겨 먹는 게 중요하고 생각해서 건강을 1순위. 시간도 많은 영향을 받는 것 같음. 건강한 식단을 여유롭게 먹을 수 있는 시간이 필요한데 노동환경으로 잘 지켜지지 못한 때가 많아서 아쉬울 때가 많았음. 환경의 영향도 많이 받을 수도 있겠다는 생각도 듦. 그리고 친구들과 같이 먹는 것도 좋아해서 관계도 중요시함.
- 그렇게 식생활이 이루어지는가? 이루어짐.

[3]

- 순위: 환경-건강-시간-관계-문화
- 주거 환경에 영향을 많이 받는다. 요리할 수 있는 주거 환경이 되어야 하고, 냉장고의 환경을 통해 식단을 계획함.(건강을 챙길 수 있는 식단을 생각함) 항상 환경에 따라 준비를 하면서 식단을 구성한다. 예를 들어 월,수,금에 운동을 가야해서 간단히 준비, 안가는 날은 길게 준비시간을 갖는다. 나를 위한 점심을 만드는 것을 좋아함. 친구랑 만나도

각자 밥을 먹고 카페를 가는 편이고, 탕후루, 두바이 초콜릿 등 유행에 따라 먹지는 않는다.

- 그렇게 식생활이 이루어지는가? 이루어짐.

4) 들으면서 중요한 것은 무엇이라 생각하는가?

- 1: 건강이 필요함. 먹는 것 자체가 나를 구성하게 됨. 영양을 신경써서 챙겨야겠다고 생각함.

- 2: 의지인 것 같음. 내가 이것을 챙겨 먹겠다는 의지. 그리고 시간과 돈을 들여야 한다. 지금은 모으려고 아끼는 중인데 돈을 쓸 수 있으면 질을 높여서 건강하게 먹고 싶다. (주로 가격,그램을 봄)

- 3: 음식에 관심을 가지고 재미를 붙여서 계획성을 가져야 한다고 생각함. 전날 다이어리에 내일 뭐 먹을지 생각함. 냉장고에 재료가 준비가 되어있어야 함.

4. 공통질문 나눔

1) 건강한 식생활을 위해 안산청년들에게 필요한 것은? (대안/바라는점)

[1]

: 주말이라도 채소, 과일이라도 챙겨 먹을 수 있는 배달서비스 / 과일을 안 챙겨 먹는 이유가 냉장고에 두면 숙성 단계로 감. 버리게 되는 경우가 많음. 누가 옆에서 챙겨주면 잘 먹어서 챙겨주는 것이 있으면 좋겠음. 마켓컬리, 쿠팡은 주문하더라도 최소 금액이 있음.

: 남자지만 반찬만들기 클래스가 있다면 한 번쯤 해볼 것 같음. 내 요리 솜씨를 모르니 할 수 있을 것 같음. 부모님이 반찬을 보내줌. 반찬을 보내주는 팀이 있음. 좀 괴로울 때가 있음. 팀이라도 간단하게 해먹을 수 있으면 좋겠음.

[2]

: 시흥청년스레이션에서 1인가구 연구소를 운영하고 있음. 반찬만들기 클래스를 두 번 정도 진행하고 있음. 무엇을 넣어서 무슨 맛이 나고, 기본 반찬만들기를 배우고 나니 해보고 싶다는 생각이 들었음. 정기적으로 있으면 도움이 많이 될 것 같음.

: 소량이 필요한 이유와 배달의 이유는 시간도 없고 요리할 게 없어서. 동네 친구가 생기면서 식재료를 나눌 수 있어 좋았음. (복숭아 1상자, 2-3개씩 나눔), 본오동이 좋은 게 과일가게들이 많음. 동네 친구와 나눔. 동네 친구를 만들면 어떨까 (프로그램 연결해서 동네 친구 만들기)

: 시흥에서 들었을 때 반찬, 파스타 요리도 진행했는데 남성분들이 월등히 좋아했음. 진행한다면 퇴근 후에 진행하는 것이 좋음.

[3]

: 처음 자취 시작할 때 양파 써는 방법도 몰랐음. 요리의 기본이 되는 클래스를 배우는 것도 중요한 것 같음. '진짜 어른 원정대'라는 프로그램을 참여했음. 식생활을 보내주면 요리해서 인증하는 프로그램, 친환경으로 보는 법도 알려주는 경기도민 대상 프로그램이었음. 이 프로그램도 있으면 좋겠다는 생각을 했음. 그리고 채소를 소규모로 저렴하게 팔면 좋겠음.

2) 적정하다고 생각하는 한 끼 밥값은? (기준: 식당과 집)

- 1: 식당(만원) / 집(3-4천원)

- 2: 식당(7-8천원) / 집(5천원)

- 3: 식당(만원) / 집(5천원)

* 평균: 집(4,500원), 식당(8,000원)

5. 마무리 소감

- 1: 의식주 중에 제일 중요한 게 먹는 거라고 생각함. 최근에 부실하게 먹고 있다고 생각했고, 제 또래 친구들은 어떻게 먹는지 궁금했는데 해소되는 부분이 있었음. 참여한 다른 분들이 계획적이고 건강하게 먹는 것 같음. 주변 친구들은 냉동 돌려 먹는 사람이 많음. 한 달을 냉동만두로 떼 온 친구도 있음. 오늘 이야기를 통해 식단 부분을 본받아서 건강하게 챙겨 먹는 습관을 가져야겠음.

- 2: 얼마 전에 1인 가구 요리 프로그램 들으면서 2시간 동안 말없이 요리만 해서 아쉬운 부분이 있었는데 오늘 이야기나눠서 재미있었고, 이런 자리가 있으면 내 것도 돌아보고 정보도 얻는 시간이 될 것 같음. 이런 자리가 많이 생기면 좋겠음. 요리 프로그램이 생기면 좋겠음.

- 3: 사람 사는 거 다 비슷하다고 느낌. 사회초년생일 때 생각이 많이 남. 아픈 경우도 많았음. 그때 깨달은 것이 있어서 더 잘 챙겨먹게 됨. 다양하게 잘 챙겨먹어야겠다 생각이 듦.

안산 청년 1인가구 실태조사 그룹인터뷰 [B]

1. 서로소개

- 1(23세, 아르바이트, 남), 2(24세, 학생), 3(28세, 직장인)

2. 실태조사 참여하며 어땠나요?

- 1 : 1인 가구 페이스북, 안산 커뮤니티 등 평소에도 자주 보는데 우연히 조사를 보게 되어 참여함

- 2 : 수업 단톡에서 추천, 먹거리다 보니 답변에 어려움은 없었고 재밌었음

- 3 : 알게 된 건 아는 동생 통해서 추천(혼자 사니까), 해보면서는 현재 시행되는 정책들 들으면서 더 시행되면 좋겠음

3. 식생활 일지 작성 및 나눔

1) 식생활일지(3일 기준)를 작성한 소감은? 전반 만족도는?

[3]

- 식단 일지 설명 : 일요일, 아침 베이글 남은 것, 계란후라이 아보카도(요리클래스에서 남은 재료), 오후 3시쯤 결혼식 가서 뷔페에서 폭식.. 저녁은 안먹음.. 식자재 창에서 컵누들 먹음, 월요일 아침 안 먹고, 점심 회사에서 먹음(설렁탕, 파리조림, 생채, 샐러드 등 균형 식단), 비용 없음, 5점, 회사에서 석식도 먹음(계란국, 김치, 밥 등) 비용 없음, 3점, 커피머신으로 매일 커피, 화요일, 아침 안먹음, 점심 회사(된장국, 수육 새우튀김 등), 5점, 저녁은 마라탕 식당가서 혼밥 2만원 소비, 간식(점심때 동료들과 커피와 케이크, 2500원), 야식 안먹음

-점수 : 나이, 환경 차이가 있는 거 같다. 규칙적으로 짜여진 식단, 최소 1끼는 정리된 식단을 먹는 장점, 저녁에 배달 음식을 자주, 스트레스 영향, 3점

[2]

- 식단 일지 설명 : 일요일 아침 안먹음, 점심 집에서 먹었는데 냉장고에 있는거.. 기억 안남(남자친구와), 팀플하러 대부도가서 호두빵과 커피, 저녁에 엽떡 시켜서 학교에서 먹음, 야식 안먹음, 월요일 아침 거르고 점심 사과 반개, 그릭요거트 25그램, 저녁 친구들과 육회에 소주, 커피는 마심, 화요일 남자친구 생일, 점심 학교 앞 짜장면 먹고, 수업 후 한강가서 피자 배달, 케익과 커피, 안산와서 생일파티. 치킨, 소주

- 점수 : 쓰면서 반성, 너무 몸에 안 좋은 음식, 술을 많이 먹어서(3일 중 이틀), 2점(영양적 부분)

[1]

- 식단 일지 설명 : 29일 아침 출근하는데 늦잠, 원래 아침 먹는데 못 먹음, 알바 후 밥을 줘서(소고기구이, 소바 먹음) 5점, 저녁에는 여자친구 마라탕 먹음, 여자친구가 사줘서 5점, 간식(과자, 감자, 커피는 일할 때 항상), 30일 아침 반숙란, 삼각김밥(여자친구 편의점 알바) 3점, 점심 알바 후 계란볶음밥(사장님), 여자친구 저녁에 김밥과 음료(공원) 0원, 간식(가게에서 샐러드, 죽, 커피), 1일 아침 반숙란, 김치, 점심 알바 후 회덮밥(가게) 5점, 저녁에 여자친구 돈가스 순두부 15,500원, 5점, 간식(죽, 샐러드), 야식(과자, 음료수)
- 점수 : 써보니 다른 사람들 궁금했는데 다양해서 신기하고 회사 다니면 좋겠다는 생각, 알바하는 곳이 일식집. 본인의 3일 식생활 평균 4점, 가장 큰 영향은 만족도(좋아하는 것들 먹을 수 있어서, 돈이 적게 든 여부 중요)

2) 건강밥상 기준(환경/시간/건강/문화/관계) 중 중요하다고 생각하는 것은? 기준에 맞추어서 나의 식생활은 이루어지고 있는지?

- 3: 환경 기준이 중요하다고 생각, 일을 나가지 않는다거나 대학을 안 다니든 주변 환경에 따라 식생활이 달라진다. 환경이 괜찮아야 밥을 잘 챙겨 먹기도 하는 것 같다. 식사 시간이 점심을 늦게 먹게 되는 근로환경, 그러다보니 저녁 식사도 늦게 하게 됨
- 2: 관계가 중요, 학교를 다니다보니 수업 같이 듣는 친구와 밥 먹게 되고, 관계에 영향을 받게 된다. 모두가 좋아하는 음식 위주로 먹다 보니 건강한 식단은 맞추기 어렵다. 영향을 받는다. 과일 의식적으로 먹으려고 한다.
- 1: 건강이 영향, 혼자 지내다보니 직장 스트레스에 배달 음식 자주 먹게 됨, 기름지고 칼로리 높고, 식비도 과도, 그런 면이 건강, 영양균형 등이 부족, 야채나 과일 잘 안 챙겨먹게 된다.

3) 나의 건강한 식생활을 위해 필요한 것?

- 2: 의지가 필요, 친구가 먹자고 해도 내가 건강하게 먹으면 되는데 관계 속에서 의지 부족, 마음은 먹지만 실생활에서는 안된다.
- 3: 과자 초콜릿 등 좋아해서 그런 것들을 먹는 걸 줄여야, 저녁을 늦게 먹는 것이 안 좋은 것, 늦게 자게 되기도, 일찍 먹어야겠다. 의지 부족, 아르바이트 10시부터 16시. 점심이 바쁘니 오후 3시에 먹고 퇴근
- 1: 배달 음식 줄이기, 그래서 회사에서 저녁을 해결하고자 하는, 배달 음식은 양도 많아서 의도치 않게 과식하게 됨, 주 2회에서 1회로 줄이는 의지 필요, 간식 잘 안 먹는 건 좋은데 스트레스 해소를 먹는 걸로 푸는 경우가 있어서 고쳐야겠다는 생각
- 3: 경제적 여유도 필요, 채소를 먹으려고 해도 너무 비싸서 구입 하기 어렵다. 돈 문제로 아끼려고 식사를 거르거나 저렴한 식재료 구입 등 문제
- 1: 스트레스 해소 자체는 어렵다, 어쩔 수 없지만 본인이 어떻게 컨트롤 하느냐, 음악 들으면서 걸으면 좋아진다. 운동을 좀 하면 좋겠다. 해소 방식을 먹는 것에서 다른 것으로 바꿀 필요, 폭식이 아닌 운동이나 취미 필요

4. 공통질문 나눔

1) 건강한 식생활을 위해 안산청년들에게 필요한 것(대안, 바라는 점)

- 1: 요리를 직접 하려면 준비할 식재료, 양념 등이 너무 많아 밀키트를 잘 만들어서 무인 가게 등 정책으로 추진했으면, 특히 1인분 기준으로, 주변에 구입할 수 있는 곳이 생겼으면, 짜개라든지 소스 소분 등, 직접 해 먹으면 더 건강하게 먹을 수 있으니
- 3: 먹거리 지원 정책을 아예 모르고 있어서, 정책 홍보가 중요하다고 생각, 이미 있는 정책에 대해 모른다. 시청 홈페이지, 은행앱 등에서 정보를 얻는다.
- 2: 어떤 지역에는 대학생 아침 지원 1천원, 시에서 예산 지원 현금, 지역화폐 지원 당연히 좋고, 공공 급식도 괜찮다, 학교에서 학식을 먹는데 장점이 매일 메뉴가 바뀌는 것, 저렴한 점이 장점, 조리할 수 있는 공유 주방 있으면 어떨지 (관리 문제 필요)
- 3: (그룹인터뷰 후 문자로 의견 준 내용) 지원금 지원보다는 일상생활에 도움이 되는 청년 먹거리 인프라를 구성하는 것이 좋을 것 같다고 생각이 듭니다. 일단 지원금보다 인프라 구성이 중요하다고 생각이 든 이유는 지원금은 지원이 정말 필요한 사람과 그렇지 않은 사람을 판별하는 기준을 세우기 어렵고 악용될 수 있어서 우려되고 만약 지원금을 나라에서 지원해 준다면 소비처를 식자재마트나, 식당, 앞으로 개설될 배식소 등등에서 지원금을 사용할 수 있게 제한시키는 것이 좋다고 생각이 듭니다. 그리고 지원금의 문제는 일시적인 먹거리 해결이라는 게 가장 큰 문제라고 생각이 듭니다. 그래서 장기적으로 보았을 때 시간이 걸리더라도 청년 먹거리 인프라를 안산시에 구축하는 것이 중요하다는 생각이 듭니다. 모임 때 이야기 하였던 저렴한 청년 배식소를 각 동이나 유동인구 또는 주택가에 배치를 많이 했으면 좋겠고, 지원금을 농업 관련된 업체와 연결시켜 도매가로 식자재를 구매할 수 있는 장을 매주 한 번이라던가 열어 청년 시장 활성화를 시켰으면 좋겠다는 생각이 듭니다. 그리고 요즘 청년들이나 제 친구들이 집에서 밥을 안 먹는 이유가 귀찮아서도 있지만 밖에서 먹는 것과 집에서 먹는 것의 가격 차이가 채소나 식자재의 물가 상승 때문도 있다고 생각이 들어서 식자재 물가가 비싸서 요리를 해먹기 힘든 청년들에게는 청년 식자재물을 열어 활성화를 시키고 20대 후반이나 30대 같은 직장인분들에겐 배식소도 지역곳곳에 배치시켜 저렴한 가격에 영양분 있는 식사를 할 수 있게 하는 것이 좋을 것 같다고 생각이 듭니다. 그리고 가장 중요한 홍보도 기업이나 직장 내에 게시물을 붙이거나 공고를 올리고 대학 내에도 청년 먹거리 지원 사업에 대해 공고를 많이 올려 지금 보다 더욱 더 많은 청년들이 혜택을 받았으면 좋겠다는 생각이 듭니다.

2) 적정하다고 생각하는 한 끼 밥값

- 3: 주로 집에서 해 먹는 편, 월 3회 정도 외식, 외식에 비해 비용이 확실히 적다. 10,000원 정도 생각한다.
- 2: 외식 기준 평균 12,000원 정도, 적정선은 8,000원으로 생각한다.
- 1: (돈을 벌고 있다보니) 12,000원 정도는 적절하다고 생각한다. 회사에서 식사를 할 수 있다는 장점이 있다.

*평균 : 9,400원

5. 마무리 소감

- 1: 다른 사람들이 어떤 식생활을 하는지 궁금했는데 다양한 이야기 들어서 좋았다.
- 2: 다른 1인 가구들이 궁금했는데 평소 들을 수 있는 건 친구들 뿐(비슷), 오늘 다양한 이야기 들어서 좋았다,
- 3: 직접 식단표도 써보고 하니 내가 어떤 식생활을 가지고 있는지 정리도 되고 다른 분들 이야기 들으며 좋았다.

안산 청년 1인가구 실태조사 그룹인터뷰 [C]

1. 서로소개 및 실태조사 참여 소감

- 1(25세) : 인스타에서 보고 참여. 밥을 스스로 잘 차려 먹는 편임. 설문 작성하면서 흥미로웠음. 독립생활 2~4년 사이.
- 2(24세) : 인스타에서 보고 참여. 안산 이사 온 지 5달. 아직 근처에 뭐가 있는지 잘 모름. 밥 차리긴 귀찮고 배달 음식은 비싸서 하루 한 끼 먹을 때도 자주 있음. 독립생활 2~4년 사이.
- 3(남, 31세) : 독립생활 4~6년 사이

2. 식생활 일지 작성 및 나눔

1) 식생활일지(3일 기준)를 작성한 소감은? 전반 만족도는?

(우선 식생활일지 어떻게 작성했는지 알려주시라.)

- 1: 야식은 잘 안 먹는데 일요일에 일이 있어서.. 제가 프리랜서로 일한다. 밤에 일하고 급하게 저녁을 샌드위치 한 쪽을 먹었고, 야식으로 브리치즈를 구워서 먹었다. 항상 아침에는 요거트와 사과를 먹는다. 아침식사는 냉장고 열어서 입에 바로 넣을 수 있는 것을 선호한다. 아침은 항상 요거트, 사과, 베이글 바꿔가며 먹는다. 점심은 엄마가 소불고기를 해주셔서 요즘 계속 저녁으로 소불고기 먹었다. 저녁으로는 낫토와 비비고 고등어 먹었다. 나는 일부러 식사 시간 생각하고 먹는 편이다. 잘 체해서. 빨리 먹지 않으려고 천천히 20분 정도 되는 영상 틀어놓고 끝날 때까지 맞춰서 먹는다. 영상 보느라 식사에 집중이 잘 안될 때도 있어서 집중해서 먹고 싶을 때는 소리만 틀어놓고 먹는다. 혼자 살다 보니 항상 혼자 먹는다. 지출 비용은 애매한 게, 3일 동안에는 사서 먹은 것이 없다. (미리 사두거나 부모님이 주심)

/ 전반적으로 식사 만족도가 높은 편. 한번 크게 아프고 나서 신경 써서 먹고 있다. 술은 원래 안 마시고.

- 2: 여행을 앞두고 다이어트 하느라 야식은 아예 안 먹는다. 직장 다녀서 점심은 항상 직장에서 먹는다. 저녁은 일정 있으면 먹고 없으면 안 먹음. 어제는 일정 있어서 삼겹살+맥주 먹음. 식후에 달달한 간식을 항상 먹는다. 초콜릿/마카롱 등. 월요일은 점심만 먹고 저녁/간식/야식 다 안 먹었다. 점심은 직장 이모님이 차려주시는 음식이 골고루 나온다. 혼자 있을 때는 시간 안 정하고 눈 떠서 먹고 싶을 때 먹는다. 보통 점심~저녁 사이에 한 끼 먹는다. 혼자 있을 때는 김, 밥, 참치캔 이렇게 항상 먹는다. 패턴을 맞춰서 먹고 싶은데 잘 안된다.

/ 하지만 식생활 만족도는 높다. 혼밥도 좋아하고 좋아하는 것들을 먹으니까. 저는 채소를 아예 안 먹어서, 비타민을 종류별로 쌓아놓고 먹는다. 비타민 6종류를 먹는다. 근데 비타민만으로 채워진 것이 아니라 채소 등 건강하게 먹었을 때의 내 체력이 궁금해서 도전하고 싶다.

- 1: 비타민을 안 먹으면 어떤지?

- 2: 너무 어지럽고 졸리고, 쓰러질 것 같이 된다. 그리고 많이 붓는다.

- 2: 식사에서 제일 중요한 것은 비용 같다. 예전에는 (회사) 기숙사비가 지원되었는데, 지금은 안 된다. 지금은 금전적 부담이 너무 커서, 싼 음식들, 편의점에서만 거의 먹게 된다. 끼니를 먹을 때마다 폭식해서, 살 안 찌는 음식을 먹고 싶어 한다.

- 질문자: 건강에 이상이 느껴질 정도인데도, 만족도가 높으신지?

- 2: 제가 좋아하는 것들로만 먹으니까. (그렇다)

- 1: 영양제를 그렇게 많이 드시면 재료를 사서 요리 해 먹는 것보다 비용이 더 들 것 같다.

- 2: 맞다. 근데 제가 요리를 못 한다. 어떻게 이렇게 잘해드시냐?

- 1: 내 기준이 까다로우니까 요리를 안 사먹고 해 먹게 된다. 식당 음식이 내가 만든 것보다 맛있으면 화가 난다.

2) 건강밥상 기준(환경/시간/건강/문화/관계) 중 중요하다고 생각하는 것은?

기준에 맞춰서 나의 식생활은 이루어지고 있는지?

- 2: 지금 중요시 생각하는 것은 비용. 개선되었으면 하는 것도 비용. 고민이 크다. 주거비 지원이 끊긴 상황이다 보니 생활비가 마이너스가 난다. 그다음엔 인간관계가 고민이다. 제가 편식을 많이 한다. 어지간한 것은 다 안 먹는다. 곱창, 마라탕, 닭발 다 안 먹어서. 친구들 만나면 매번 제가 원하는 것만 먹을 수 없어서, 친구들도 맞춰주기 애매하고, 그러다 보니 인간관계가 소홀해진다. 인간관계도 중요한데, 먹기 싫은 걸 억지로 먹기도 싫어서 고민된다. 시간은 많다. 시간은 많은데 '이렇게 먹으면 안 되겠다' 생각되어서. 순서로 따지면: 비용> 인간관계> 걱정 순이다. 문화나 시간은 제 경우는 문제 되는 것이 별로 없는 것 같다.

- 1: 건강이 제일 중요한 것 같다. 친구들과 같이 먹을 때는 건강한 식단 못할 때도 있지만, 혼자 먹을 때는 신경 쓴다. 시간도 중요한 기준인 것 같다. 점심 저녁 시간 없이 일할 때가 있는데. 그때는 일하면서 잘 못 챙겨 먹고, 선식 같은 걸 먹는다. 환경도 중요한 것 같다. 혼자 살면 설거지도 다 제가 해야된다. 미루면 스트레스 받고. 식습관에 대한

인문학 영상 보니까, 원룸에 집이 좁을수록 폭식하게 된다는 얘기가 있더라. 식재료 1인분씩만 사기가 어렵다는 말에 공감한다. 다 묶음으로 팔고. 많이씩 사야 저렴하다. 그래서 와스타디움 1층에 로컬푸드 매장을 자주 갔다. 루꼴라, 바질 이런 것들도 팔고. (요즘은 좀 달라졌지만) 한개씩 소량으로도 팔고, 다른 곳보다 저렴하다.

[3] (늦게 도착해서, 식단일지 포함해서 말함)

- 저는 아침을 아예 안 먹는다. 먹으면 배가 아프고 컨디션도 안 좋아서. 점심시간에는 거의 밖에서 사 먹고 빨리 먹는다. 교대근무 하다 보니, 낮에는 집에 있다가 밤에 출근해서 밤에 먹을 때도 있다. 지금은 결혼을 앞두고 예비 신부와 같이 살고 있다. 결혼식 앞두고 간헐적 단식 하고 있어서, 회사에서 점심 먹으면 저녁은 안 먹고 싶은데. 예비 신부가 밥 한 끼도 같이 안 먹는 것 서운해해서 저녁을 같이 먹을 때가 많다. 그래서 다음날 낮에 굶는다든지 조절한다.
- 제 밥상에 큰 기준은 관계다. 저녁에 예비 신부랑 맛있는 거 먹기로 하면 점심은 안 먹고 싶은데. 점심에 2-3명 같이 일해서 어쩔 수 없이 안 먹을 수 없어서 밥을 강제로 먹는 경우가 많다.
- (식생활 만족도에 대한 이야기) 옛날에는 많이 사서 무조건 많이 먹는 것, 무한 리필 음식점도 좋아했는데. 어느 순간부터는 맛있는 걸 적당히 먹는 게 좋더라. 간헐적 단식 하고 있기도 해서. 1끼 먹을 때 최대한 맛있는 거 골라 먹으려고 한다. 누구랑 어떻게 무엇을 먹느냐 하는 것에 만족도가 많이 달라지는 것 같다. 거의 회사 사람과 예비 신부에 많이 맞춰서 먹고 있는 것 같다.
- 처음에는 돈이 1순위라고 생각했는데 적다 보니 관계가 1순위 같다.

3. 공통질문 나눔

1) 건강한 식생활을 위해 안산청년들에게 필요한 것은? (대안/바라는 점), 나의 건강한 식생활을 위해 필요한 것은?

[1]

- 청년들에게 필요한 것은 좋은 식재료를 구입 할 수 있는 환경. 혼자 살 때 과일 먹고 싶은데. 공공주택 사는 친구를 보니 공동구매로 같이 구입하는 게 있더라. 무화과 먹고 싶은데 1kg 박스로만 판다. 1인 가구끼리 같이 공동구매 할 수 있으면 좋겠는데. 근데 현실적으로, 저도 시간이 되게 중요해서, 이런 게 있더라도 내가 시간 없으면 못 할 것 같기도 하다.
- 청년들이 제대로 못 먹는 이유는 '시간' 때문인 것 같다. 다들 배달 음식이 건강에 안 좋은 거 알지만. 둘 중 하나인 것 같다. 건강에 안 좋아도 먹고 싶은 걸 먹겠다 하는 것이거나, 아니면 건강을 챙기고 싶은데 아직 여건이 안 되는 경우도 많은 것 같다. 건강한 걸 먹게 해주되 시간을 아끼는 방법은 밀키트 밖에 없는 것 같다. 건강한 음식을 먹을 수 있는 밀키트가 있으면 좋을 것 같다. 쓰레기가 많이 나오는 단점은 있는데.

- 로컬푸드 마켓에 1인 가구를 위해 식재료를 1인분씩 소분해서 판매할 수 있는 인력을 배치하면 좋겠다.

[2]

- 정책이 나온다고 하면 제가 지역화폐 카드를 많이 쓴다. 지역화폐가 큰 마트에서는 쓰질 못한다. 지역화폐 되는 동네 작은 슈퍼 가면 원하는 걸 찾을 수가 없다. 마트에서 쓸 수 있는 전용 상품권 등 마트 식재료를 살 수 있는 지원을 해주면 좋겠다.

- 그리고 제 기준으로는 편식을 많이해서. 아침식사로 먹을 수 있는 과일, 유제품 같은 것을 배송해주던지 하면 좋겠다.

- 개인적으로 필요한 것은. 요리를 직접 배울 수 있는 코킹클래스를 해주거나, 요리를 할 수 있는 공간을 제공해주면 좋을 것 같다. 요리 영상 봐도 따라 하면 다르게 되고 어렵다. 직접 만나서 배우면 재밌을 것 같다.

[3]

- 제일 좋은 건 현물인데 현실적이지 않은 것 같아서. 시에서 하는 저렴한 식당이 있었으면 좋겠다. 청년에만 국한하지 않고 1인 가구, 취약계층이 먹을 수 있는 식당. 밀키트 이야기도 있었는데 그것도 지겹고 질리니까. 직장인 공감대 중에 점심 메뉴 정하는 게 제일 어렵다는 말도 있다. 다양한 메뉴로 알아서 주는 구내식당, 한식뷔페 같은 곳이 좋더라. 그런 것을 시에서 만들어주면 좋겠다.

- 개인에게 가장 필요한 것은 '시간'이다. 저녁 먹기 싫은 이유도 시간이 늦어서인데. 규칙적으로 밥 먹을 수 있는 시간이 중요한 기준 같다.

2) 적정하다고 생각하는 한 끼 밥값은? (혼자 먹을 때 / 같이 먹을 때)

- 2: 한 끼는 12,000원 정도. 한 끼 먹어서 폭식하는 편이어서 비용이 많이 나온다. 그런 점을 고려해서 12,000원 정도 되어야 만족스럽게 먹을 수 있을 것 같다. 친구와 함께 먹을 때는 15,000원 정도.

- 1: 혼자 먹으면 1만원. 같이 먹으면 2-3만원. 보통 서울 가면 한 끼 가격이 뭐든지 2만원은 하니까. 그 정도는 돈을 내야 팬찮은 걸 먹을 수 있는 것 같다. 음식의 비용이 아니라 친구 만남의 비용이라고 생각하면 적정한 것 같다.

- 3: 회사 점심 기준으로 생각했다. 1인 7,000원. 사람들과 '점심'으로 먹으면 10,000원. 사람들이랑 모임으로 먹으면 20,000원.

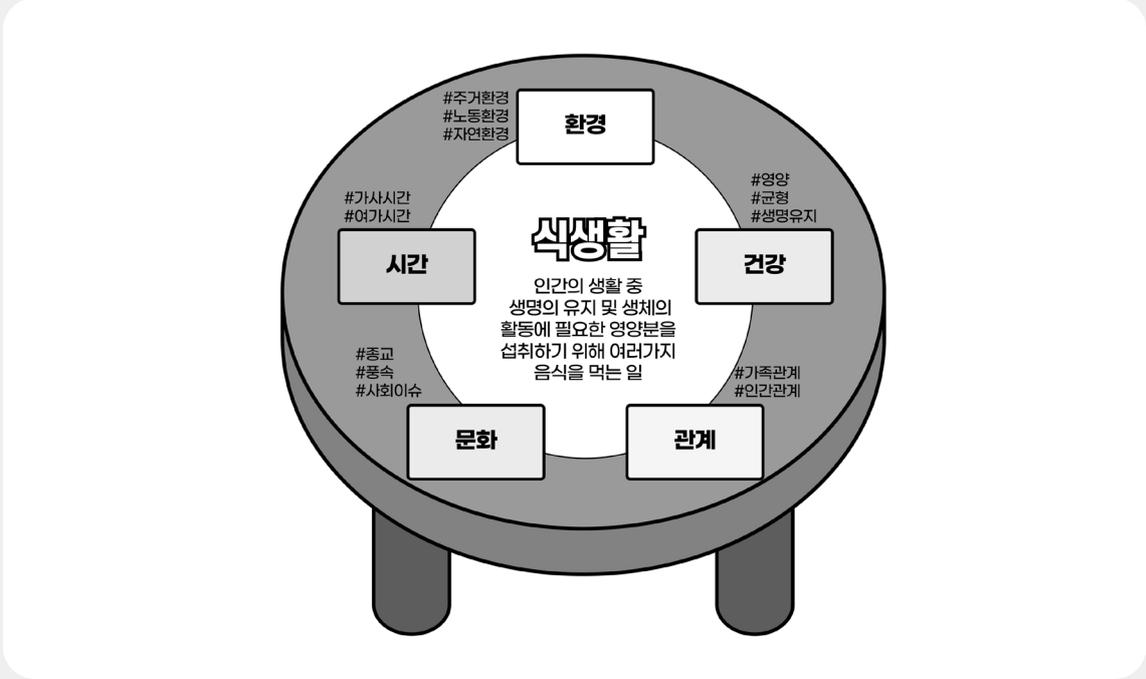
4. 마무리 소감

- 2: 혼자 사시는 분들은 다 저 같을 줄 알았다. 저는 시간이 많은 편이어서. 먹고싶을 때 먹고 먹기 싫으면 안 먹고 할 줄 알았다. 생각보다 다들 혼자 사는 분들인데도 식생활이 다양해서 재미있었다.

- 1: 저는 나름 만족하면서 살고 있는데. 그래도 도움을 줄 수 있으면 좋을 것 같다. 생각보다 도움을 청하면 도움을 받을 수 있는 것 같아서 좋았다.

- 3: 이런 생각을 할 수 있는 기회가 신선했다. 밥 하면 돈만 생각했는데 나한테 있어서 관계가 중요 했다는 것을 알 수 있었다.

별첨 - 그룹인터뷰 시 사용한 건강 밥상 기준 및 식생활 일지 샘플



안산청년 1인가구 먹거리 FGI 2024.10.02

식단일지

최근 3일간, 나는 누구와 무엇을 어떻게 먹었나요?
아래 내용을 작성하고, 이야기 나눠봐요!

| 메뉴 | 아침 | 점심 | 저녁 | 간식 | 야식 |
|---------|---|----|----|----|----|
| 10/1(화) | 식사여부 - 식사내용/과식여부 - 식사시간 - 식사인원 - 식사장소 - 지출비용 - 식사만족도(5점 만점) - | | | | |
| 9/30(월) | | | | | |
| 9/29(일) | | | | | |

※ 식생활 일지 작성 소감

- 식생활 일지를 작성해 본 소감은? 전반 만족도는?
- 건강밥상 기준(환경/시간/건강/문화/관계) 중 중요하다고 생각하는 것은? 기준에 맞추어서 나의 식생활은 이루어지고 있는지?
- 나의 건강한 식생활을 위해 필요한 것?

4. 안산시 1인 가구 청년 먹거리 실태조사 소결 및 정책 제안

1) 안산시 청년 식생활 특성

○ 안산시 1인 가구 청년의 먹거리에 대한 높은 관심 확인

- 안산시 1인 가구 청년 먹거리 실태조사에 1,098명이 참여(3주간), 이 중 100명의 청년이 그룹인터뷰(FGI)를 신청함

○ 안산시 1인 가구 청년 월평균 식비 : 20만원~90만원

- 청년 먹거리 실태조사 결과 1,005명 중 49.6%의 청년이 월평균 소득 200~300만원으로 월 소득 중 식비 비중이 10% 초과 30% 미만으로 분석됨

○ (편리성과 다양성 추구) 안산시 1인 가구 청년은 대부분 혼자 밥을 먹으며, 편리하게 먹을 수 있는 배달 음식을 선호 하나 다양한 종류의 음식은 먹지 못하는 것으로 나타남

- 식사는 주로 “혼자 먹는다”는 응답이 79.3%로 가장 많았고, 동료 31.7%, 친구 23.4% 순으로 응답함
- 안산시 청년들의 식사 패턴을 분석한 결과 배달(54.7%), 직접 조리(48.3%), 식당(45.5%) 순으로 나타났으며, 이와 같은 식사를 하는 이유로는 편리해서(44.4%), 시간이 없어서(34.7%), 저렴해서(32.5%)가 가장 많았음
- “충분한 양의 음식을 먹을 수 있었으나, 다양한 종류의 음식은 먹지 못했다”라는 응답자가 61.4%를 차지함

○ (직접 조리에 대한 욕구) 안산시 1인 가구 청년은 직접 조리 비율이 높은 편이고, 조리하지 않는 청년들의 경우 ‘조리 시간 단축, 식재료비 절감, 1인키트 개발’ 등에 대한 수요를 확인함

- 안산시 1인 가구 청년 중 80%는 직접 조리하는 편으로 나타남
(매우 그렇다 10.4%, 그렇다 26.5%, 보통이다 43.1%)
- 조리 시 어려운 점으로는 “시간이 많이 걸린다(38.3%)”, “돈이 많이 든다(31.1%)”, “1인 분량을 맞추기 어렵다(27.8%)” 라는 응답이 가장 많았음

○ (간식과 후식의 다양성 필요) 커피 수요가 높고, 과일과 채소 등 섭취 비율 낮음

- 간식 또는 후식으로 "커피(41%)"가 가장 많았고, 과일과 채소는 "거의 안 먹음(37.1%)"이 가장 높게 나타남

○ (식생활 개선 요인 도출) 현금성 지원과 식료품 지원 확대 제안

- 식생활에 가장 영향을 주는 요인으로는 "돈(56%), 시간(20%), 가족(8.6%), 유행(7.8%) "순으로 분석됨
- 식생활 아쉬운 점으로 "관계의 단절(외로움, 혼밥)(16.7%)"도 높게 나타남
- 1인 가구 청년을 위해 가장 먼저 지원되어야 하는 정책으로는 "현금지원정책(42.6%), 식료품 지원 확대(38.7%), 좋은 먹거리를 구매할 수 있는 판매처 확대 (24.6%)"로 분석됨

2) 안산시 청년 식생활 특성을 반영한 먹거리 정책 발굴 필요성 대두

○ (정책 기반 마련) 안산시는 2022년 안산시 먹거리종합계획 기본조례 제정을 시작으로 안전한 먹거리를 안정적으로 확보 → 청년 먹거리 기본권 확립 필요

○ (편리성과 다양성 강화) 관계 취약계층 1인 가구, 청년, 노인 대상 편리하고 다양한 먹거리 섭취 기회 제공

- 서울시의 경우 식생활종합지원센터를 설립하여 올바른 식생활 정보 전달과 지원을 통해 서울시민의 건강증진과 삶의 질 향상에 기여하는 정책 발굴하기 위해 매년 통계조사 보고서 작성

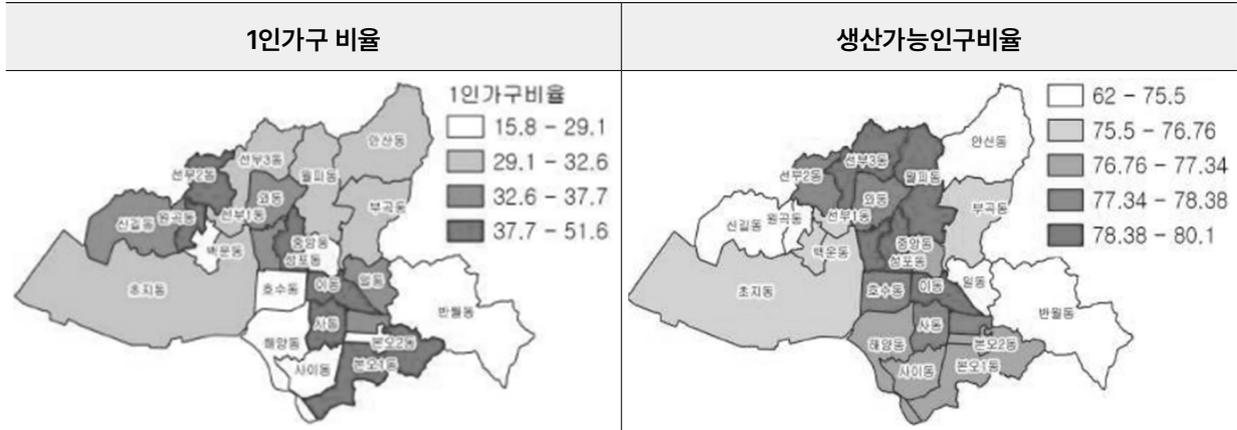
3) 지속가능한 청년 먹거리 정책을 위한 단계별 정책 방안 모색 필요

□ (단기) 지역자원과 인프라를 활용한 청년 먹거리 문화조성

○ (식생활 개선을 위한 공동체 조성) 함께 조리하고, 함께 밥 먹는 문화조성

- 혼밥하기 싫고, 직접 조리하는데 시간이 오래 걸려 끼니를 거르는 청년들이 함께 모여서 조리하고 밥 먹는 식사의 날 지정(월 1회, 주말, 저녁 등) 또는 먹거리 커뮤니티 형성 지원(예. 서울정책네트워크 외 '조건 없는 떡볶이 수당')
- 일상생활에서 한 끼라도 건강한 밥 먹기 프로그램 활성화 → 건강 밥상 인증샷 등(예. 경기도 기후행동 기회소득)

- 1인 가구와 생산가능인구¹가 가장 많은 이동, 사동, 중앙동 등을 중심으로 “바른 먹거리 문화조성” 사업 시행



○ (직접 조리에 대한 욕구) 편리하고 다양한 맛 경험을 위한 기회 제공

- 안산시는 도농복합도시로 로컬푸드 생산 가능지역. 로컬푸드, 청년농업과 연계한 1인 가구 먹거리 키트 개발, 건강 먹거리 제공(예. 경기임산부친환경농산물 지원사업)
- 안산시 내 청년주거지 (행복주택, 청년 공간, 청년몰 등)을 거점으로 공유주방, 쿠킹클래스 등 먹거리 공동체 프로그램 운영 → 식재료 공동구매, 반찬, 후식 나눔(품앗이 문화) 등

○ (간식과 후식의 다양성 필요) 반찬, 간식, 후식 등 다양한 맛 함께 조리 및 개발

- 한호전 등 맛집 사장님들과 연계를 통한 다양한 맛 공유, 바른 먹거리 바른 요리사 육성프로그램 운영 등 → TV프로그램 흑백요리사, 편스토랑 등을 통해 다양한 먹거리에 대한 관심 대두 → 반찬만들기 클래스, 공유주방과 우리 동네 요리사 경진대회 등 (나만의 조리 꿀팁 공유)

□ (장기) 지속가능한 청년 먹거리 문화조성 기반 마련

- 일회성 정책이 아닌 지속가능한 정책으로 발전하기 위해 관련 예산 및 지원조직 필요
- 청년기본계획, 먹거리종합계획 등 관련 계획과 연계방안 마련
- 주기적인 실태조사 및 관련 내용 분석, 모니터링 필요

2024 안산시 1인 가구 청년 먹거리 실태조사 결과보고서

1 생산가능인구 : 15세 이상부터 64세 인구로 생산활동가능인구 또는 경제활동 인구라 함

5. 안산시 1인 가구 청년 먹거리 실태조사 결과 토론회

○ 토론회 개요

1) 목적

- 청년 1인 가구 먹거리 실태조사 결과를 공유하고, 안산시 청년 먹거리 정책 방향을 함께 고민한다.

2) 일시 및 장소

: 2024년 11월 14일(목) 오후 2시-4시

3) 장소

: 안산시청 별관 환경교통국 5층 대회의실

4) 진행 순서

- 사회 : 강소영(안산시지속가능발전협의회 사무국장)
- 기초발제 : 길청순(지역농업네트워크 서울경기제주협동조합 이사장)
- 결과발표 : 김송미(안산청년네트워크 운영위원장)
- 지정토론 : 김성동(경기안산녹색구매지원센터 팀장)
 - : 고선영(안산먹거리연대 위원)
 - : 설호영(안산시의회 문화복지위원회 위원장)

「안산시 청년 1인가구 먹거리 실태조사 결과 토론회」
안산시 먹거리 실태와 정책 이슈

2024. 11. 14



서울경기제주
RANETCCOP
지역농업네트워크협동조합 | **길청순**
이사장

안산시 청년 1인가구 먹거리 실태조사 결과 토론회

지속가능성과 먹거리

지속가능성 위기의 시대, 먹거리의 의미

사회, 경제, 환경적 여건의 급격한 변화로 인류는 지속가능성의 위기 시대를 살고 있음
특히, 기후위기는 식량위기와 직결되는 문제이며, 사회·경제적 형편에 따른 먹거리 양극화가 심화되는 추세임

저성장

“전세계 경제성장률”
2024년 1.8% 하락

“한국 경제성장률”
2024년 1.2% 하락

“2024년 세계 경제성장률 2.3% 전망”
고성장 국가들(중국, 인도)의 성장 둔화

“2024년 한국 경제성장률 2.2% 전망”
수출 부진과 내수 위축

인구감소 고령화

인구의 인구 분포를 반영한 ‘인구 피라미드’는 현재 중간 나이대인 30~50대가 가장 많은 ‘형리형’으로 앞으로 60살 이상 가장 많은 ‘역삼각형’ 구조로 급변할 전망이다. 국내 15~64살 생산연령인구는 지난해 3674만명에서 2039년 2955만명으로 3천만명 안이 무너지고 2072년엔 1658만명으로 또 그를 줄 것으로 전망된다.

만년 65살 이상 고령 인구는 큰 폭으로 늘어나 전체 인구에서 차지하는 비중이 지난해 17.4%에서 2072년 47.7%로 올라갈 것으로 예상된다. 인구로 거의 절반가량이 고령자가 된다는 뜻이다. 이에 따라 생산연령인구 100명이 부양하는 수는 인구 고령화 정도에 따라 60.6명에서 2072년 11.85명으로 폭락 올라갈 전망이다. 중위 연평균 기대 수명을 한 줄로 세웠을 때 가운데에 위치하는 사람의 나이가 2035년 49.7대에서 2072년 63.4살로 늘어난다.

2024년 인위적 위험 TOP 10

2024년 글로벌 위기 리스크 TOP 10

2024년 글로벌 단기 리스크 TOP 10

글로벌 리스크

세계 각국에서 2024년까지 발생할 가능성이 높은 기후 변화 관련 리스크

사실상 1. 높은 열적 강도가 2024년까지 발생할 가능성이 높은 기후 변화 관련 리스크

사실상 2. 전염병 발생 위험을 증가시킬 수 있는 환경 변화 관련 리스크

사실상 3. 기후 변화로 인한 가장 취약한 지역은 농촌과 공업지역

사실상 4. 물 부족과 수질 오염을 악화시킬 수 있는 기후 변화 관련 리스크

사실상 5. 높은 열적 강도가 2024년까지 발생할 가능성이 높은 기후 변화 관련 리스크

사실상 6. 높은 열적 강도가 2024년까지 발생할 가능성이 높은 기후 변화 관련 리스크

사실상 7. 높은 열적 강도가 2024년까지 발생할 가능성이 높은 기후 변화 관련 리스크

사실상 8. 높은 열적 강도가 2024년까지 발생할 가능성이 높은 기후 변화 관련 리스크

사실상 9. 높은 열적 강도가 2024년까지 발생할 가능성이 높은 기후 변화 관련 리스크

사실상 10. 높은 열적 강도가 2024년까지 발생할 가능성이 높은 기후 변화 관련 리스크

기후위기

5. 안전시 인 가구 정년 먹거리 실태조사 결과 토론회

위험사회, 그리고 가야 할 방향성

21세기의 위험은 자연재해 같은 불가항력적 재난이 아니라 정치·경제·사회 환경과 결합해 나타나는 재난, 곧 사람들이 만들어내는 생산된 위험이다. 쉽게 말해, 인간이 만든 인재다.

○ 애그플레이션(Agflation)과 먹거리 위험(Food Risk)

곡식을 이용한 바이오 에너지 수요 증가

2022년 러시아의 우크라이나 침공

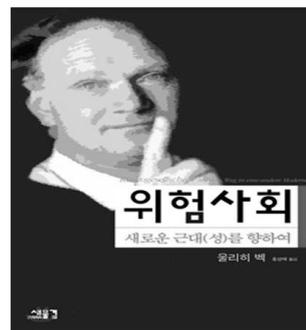
세계 식량가격 지수 (FPI)

지수는 2002-2004년 가계 평균(100)과의 비교값

2007년~2008년 식량위기

급등하는 세계식량가격지수

2022년 식량위기

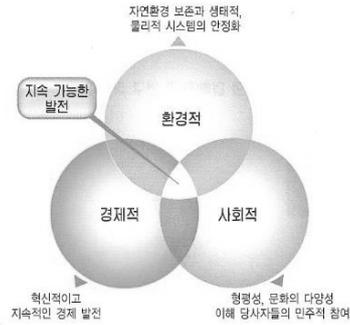


“새롭게 등장한 위험은 더 이상 특정 지역이나 집단에 한정되지 않는다. 이 위험은 초국가적이며 비계급적 특징을 지닌다”

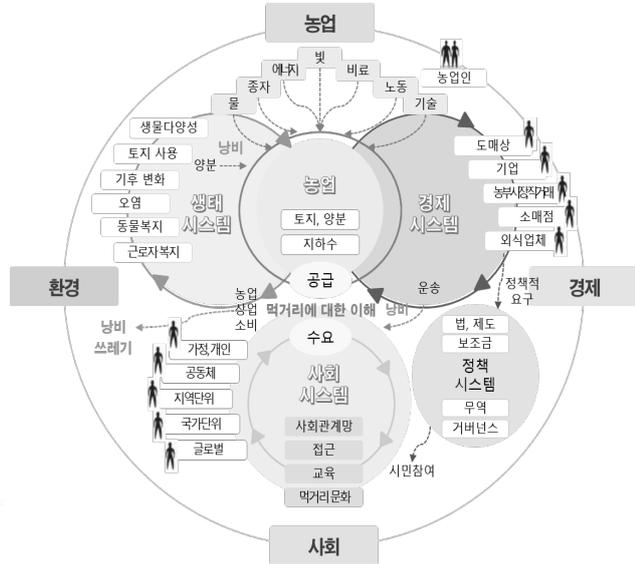
인류의 지속가능성과 지속가능한 먹거리 체계

21세기의 위험은 자연재해 같은 불가항력적 재난이 아니라 정치·경제·사회 환경과 결합해 나타나는 재난, 곧 사람들이 만들어내는 생산된 위험이다. 쉽게 말해, 인간이 만든 인재다.

지속 가능한 발전의 개념



출처 : '고등학교 한국지리' 교학도서, 2011년경, 260쪽 하.

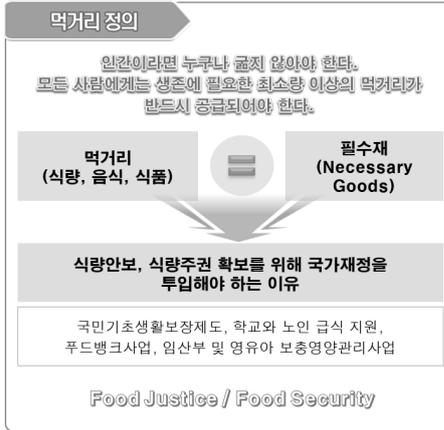
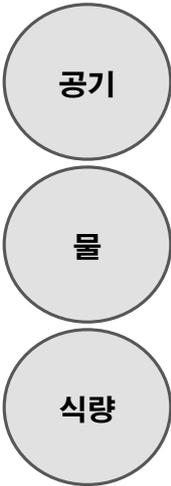


안산시 청년 1인가구 먹거리 실태조사 결과 토론회

먹거리 보장이 왜 필요한가?

먹거리는 기본권이다.

먹거리는 인간이 생존하기 위해 반드시 충족되어야 할 요소이며, 단순히 상품으로서 시장에 맡겨두는 일반적 재화와는 개념이 다르다. 기본권으로서 보장되어야 한다



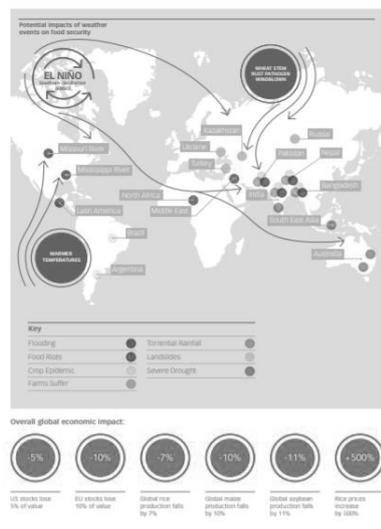
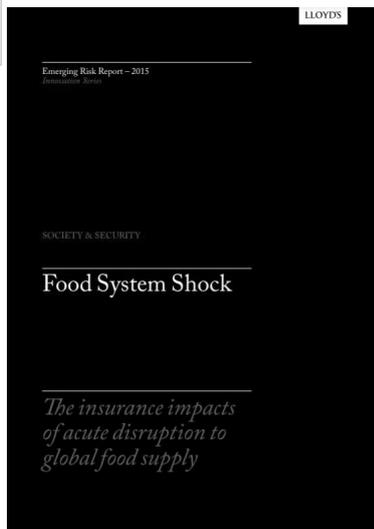
5. 안산시 1인 가구 정년 먹거리 실태조사 결과 토론회

하지만 먹거리위기는 갈수록 심화되고 있다.

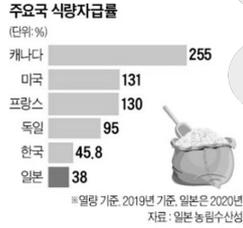
기후위기에 따른 농업생산량 감소, 인구 증가 등의 이유로 식량위기가 심화되는 상황에서 인류는 푸드시스템 쇼크에 빠질 가능성이 높다.

2022년 80억명 → 2050년 90억명
→ 2059년 100억명
식량 생산량 : 현재의 50% 수준

- 인구학적 변화 (Demographic)
- 기후변화와 농업생산량 (Climate change and agricultural yield)
- 기아/영양부족 (World Hunger)
- 토양 영양 (Soil nutrients)
- 바다 먹거리 (Sea food)
- 육류 소비 (Meat consumption)
- 맑은 물 (Fresh water)



대한민국은 식량자급기반이 취약한 나라다.



쌀 92.1%

밀 0.7%

옥수수 3.5%

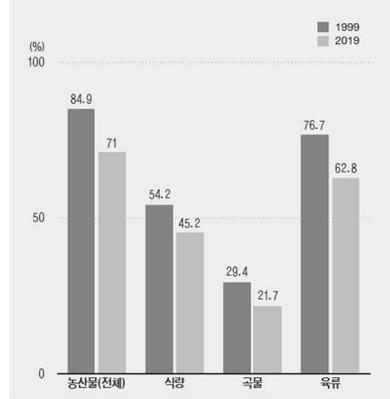
콩 26.7%

[국내 식량자급률]

| | '08 | '09 | '10 | '11 | '12 | '13 | '14 | '15 | '16 | '17 | '18 | '19 | '20 | '21 | '22 |
|--------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|-----|-----|------|
| 식량 자급률 | 51.8 | 56.2 | 54.1 | 45.2 | 45.7 | 47.5 | 49.7 | 50.2 | 50.8 | 48.7 | 46.9 | 45.8 | - | - | - |
| 목표치 | - | - | - | - | - | - | - | - | - | 57.0 | - | - | - | - | 60.0 |

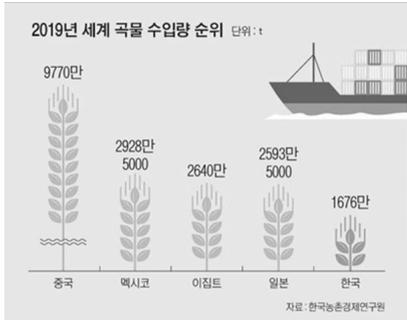
(단위: %)
 ※ 자료: 농식량부 제공자료, 여기구 의원실 재구성
 (13년 공랑) 55.4 (18년 설정)

최근 20년간 주요 자급률 변동 추이



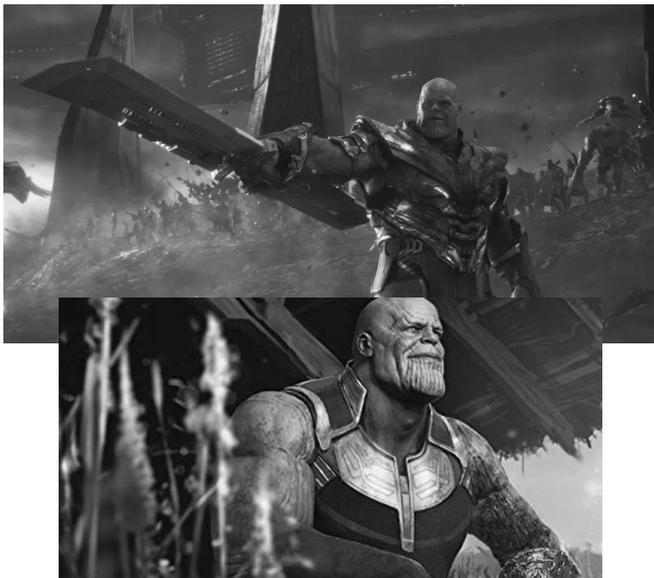
* 출처: 한국농정신문

* 출처: blog.naver.com/buca21/222816268111



슈퍼빌런, 타노스의 아이러니

When I'm done, half of humanity will still be alive. (어벤져스 : 엔드게임)
 타노스의 독선과 광기에도 불구하고 그가 슈퍼빌런이 된 동기가 주는 메시지는 명확하다.



* 출처: 나무위키



* 출처: 익스트림무비(extmovie.com/movietalk/40789202)

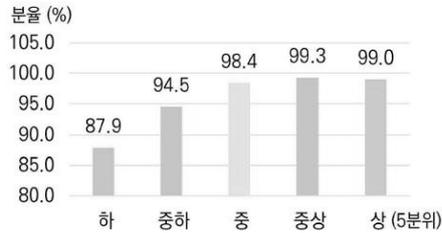
먹거리 양극화는 사회문제가.

저속특증일수록 균형 있는 식생활을 하지 못하고, 식품안정성을 확보하지 못하는 경우가 많다.
저속특증일수록 고혈압, 당뇨, 비만 등 만성질환 유병률이 높고 기대수명이 짧다.



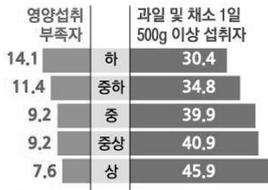
* 출처 : 매경이코노미(2022년 7월 20일)

가구소득별 식품안정성 확보 가구 비율

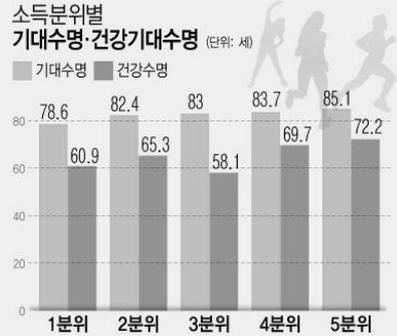


* 출처 : 서울연구원(2022년)

개인 소득별 서울시민 식생활 위험요인 분석 (단위: %)

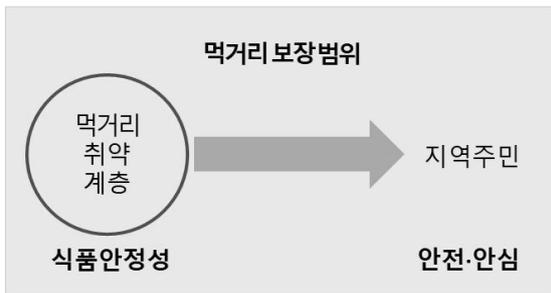


※ 만성질환 유병 심태와 추세를 파악하기 위해 2010~19년 국민건강영양조사에 참여한 19세 이상 서울시민 1만 918명 대상
(자료: 서울연구원)

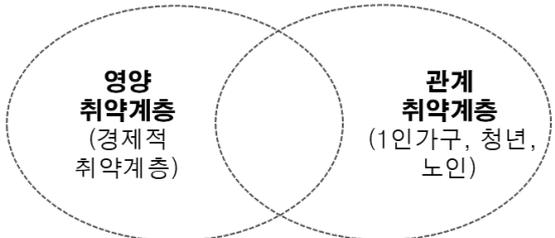


먹거리 정책 대상은 확대되어야 한다.

○ 먹거리 위험과 먹거리 보장의 대상



○ 먹거리 취약계층 범주



○ 먹거리를 선택할 수 없는 삶과 먹거리 기본권



민석씨는 몸이 허한 것 같으면 노브런드 버거에서 1,900원짜리 그릴드 불고기 버거나 2,900원짜리 데리마요 버거를 사먹는다. 그가 생각하는 "가장 싸게 고기를 먹을 수 있는" 방법이다. 지은씨는 편의점에서 구운 계란을 산다. 이들은 자신들이 단백질을 챙겨먹고 있다는 것에 의견을 같이했다. "과일은 못 사먹는다"고 했다.

'여 일 같은 밥을 먹는 사람들: 식사를 선택할 수 없는 삶' 중에서

여덟기 중 세기를
설량국수로..

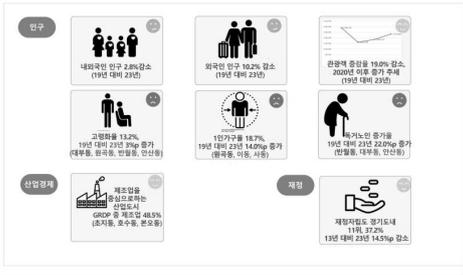
복지관에서 주는
반찬 세가지로
일주일을 버텨야...

안산시 청년 1인가구 먹거리 실태조사 결과 토론회

안산시 먹거리 실태와 정책이슈

안산시 먹거리 여건과 이슈

01. 인구·사회적 여건



02. 먹거리 선순환 여건



- 인구감소
- 고령화
- 1인가구
- 다문화
- 소비도시
- 취약계층
- 영양균형
- 양극화

03. 먹거리 보장 여건



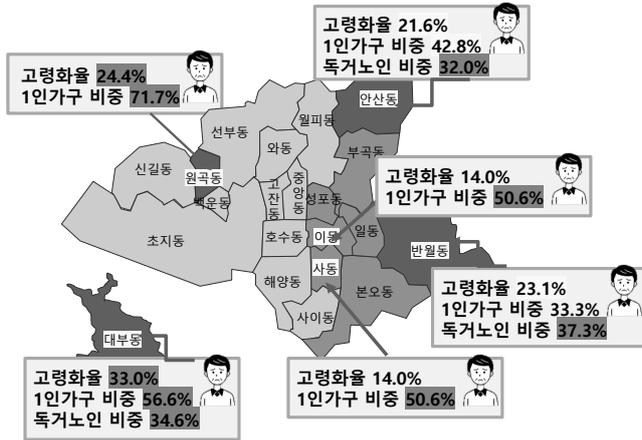
06. 안산시 먹거리 이슈 종합

| 구분 | 분석 내용 및 이슈 |
|----------------------|--|
| 일반현황 | 안산시 인구분포, 산업경제 현황, 지역경제 활성, 지역경제 활성 위한 재정적 여건 |
| 먹거리 선순환 여건 | 농산물 생산 여건, 지역 내 가공, 유통, 외식여건, 음식물 폐기를 자원 및 자원으로 여건 |
| 먹거리 확보 여건 | 안산시의 먹거리 공급성, 안산시의 건강 및 영양 상태, 안전성 검사 여건, 기관별 급식 지원 및 먹거리 공급체계 |
| 먹거리 정책 및 거버넌스 | 먹거리 예산, 거버넌스 |

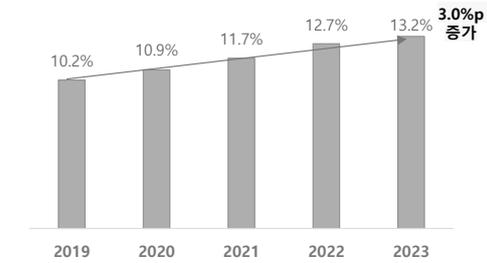
참고. 안산시 고령화율 및 1인 가구 비중

최근 5년간(2019~2023) 고령화율은 3.0%, 1인 가구수는 14.0% 증가함(독거노인은 22.0% 증가)
 대부분동, 원곡동, 반월동, 안산동은 고령화율 20% 이상으로 초고령화 사회이며 독거노인 비중 역시 높음
 1인가구 비중은 원곡동(71.7%), 대부분동(56.6%), 사동(50.6%), 이동(50.6%) 순으로 높음

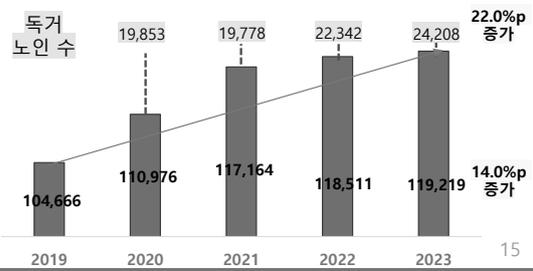
고령화율 및 1인 가구 비중(내국인 기준)



최근 5년 고령화율 추이 (단위 : %)



최근 5년 1인 가구수 추이 (단위 : 명)



자료 : 안산시_인구 통계(2023)

| | |
|----------|--------|
| 20%이상 | 초고령사회 |
| 14~20%미만 | 고령사회 |
| 7~14%미만 | 고령화사회 |
| 4~7%미만 | 성숙인구사회 |

안산시 먹거리 종합계획 비전 및 전략

VISION

시민의 삶을 책임지는 3심(心) 1찬(贊)밥상 실현

핵심가치

1심(心) 매일 만나는 안심밥상

2심(心) 함께 나누는 인심밥상

3심(心) 마음을 담은 진심밥상

1찬(贊) 함께 만드는 성찬

전략 및 핵심과제

안전·안심 먹거리
생산-소비체계 구축

- ① 환경친화적 농업생산 및 환경부하 최소화
- ② 로컬푸드 생산-유통체계 고도화
- ③ 동농상생형 먹거리 소비기반 강화

먹거리 보장체계
구축 및 접근성 강화

- ① 미래세대 공공급식 확대 및 환경 개선
- ② 먹거리 불안 해소 방안 마련 (다문화, 알리지 등)
- ③ 먹거리에 대한 시민 접근성 제고

먹거리 기반 지역경제
순순환체계 구축

- ① 먹거리와 연계한 지역 관광 활성화
- ② 사회적경제 기반의 먹거리 공동체 지원
- ③ 먹거리 경제분야 인력 육성

정책 및 사업
실행기반 마련

- ① 맞춤형 식교육 실행
- ② 민·관 거버넌스 운영
- ③ 통합적 먹거리 정책 추진 체계 구축

제안사업) 안전·안심 먹거리 생산-소비체계 구축

세부 사업

| 핵심과제 | 세부사업 | 사업 내용 | 예산(백만원) |
|-----------------------------|--------------------------------|---------------------------------------|--------------|
| 1-1) 환경친화적 농업생산 및 환경 부하 최소화 | 1-1-1. 생산 환경 개선 | 토양 및 수질 점검 | 75 |
| | 1-1-2. 기업과 함께하는 환경친화적 농업 환경 조성 | 친환경 농업 환경기반 조성을 위한 안산 기업인 ESG 지표 설정유도 | 55 |
| | 1-1-3. 친환경 자재 지원사업 | 친환경 농산물 생산에 필요한 자재 | 125 |
| | 1-1-4. 못난이 농산물 유통 및 기부 지원 사업 | 잉여 농산물을 이용한 먹거리 기부(나눔) | 비예산 |
| | 1-1-5. 농산 폐기물 사료화(자원화) | 도매시장에서 발생하는 폐기물 자원화 | 430 |
| 1-2) 로컬푸드 생산-유통 체계 고도화 | 1-2-1. 로컬푸드 농가조직화 사업 | 품목별 농가 조직화 및 교육 | 60 |
| | 1-2-2. 로컬푸드 순회수집 운영 사업 | 순회수집 차량 및 운영비 지원 | 150 |
| | 1-2-3. 로컬푸드직매장 모니터링 사업 | 로컬푸드직매장 운영 개선을 위한 시민 모니터링 | 5 |
| | 1-2-4. 안산 로컬푸드 새벽시장 운영 | 로컬푸드 새벽직판매장 운영 | 4 |
| | 1-2-5. 안산 토종농산물 생산 및 교육지원 | 토종 농산물 생산 및 교육 연계를 통한 홍보 | 60 |
| 1-3) 도농상생형 먹거리 소비기반 강화 | 1-3-1. 꾸러기 꾸러미 꾸러기 | 도시 수혜자에게 농산물 꾸러미 전달 및 생산지 방문 | 96 |
| | 1-3-2. 안산 도매시장 체험 프로그램 운영 | 시민이 함께할 수 있는 공간으로서 기능 강화 | 66 |
| | 1-3-3. 외식업 식재료 구매 활성화 지원 사업 | 외식업 구매이용 공간 마련 | 2,000 |
| | 1-3-4. 도시농업과 연계한 신선먹거리 나눔사업 | 도시농업으로 생산한 작물을 마을 주민에게 공유 (공유냉장고와 연계) | 50 |
| | 1-3-5. 도농연대형 공동체 지원 농업 확대 | 도시와 농촌지역의 연대활동 추진 지원 | 60 |
| 총합계 | | | 3,236 |

17

제안사업) 먹거리 보장체계 구축 및 접근성 강화

세부 사업

| 핵심과제 | 세부사업 | 사업 내용 | 예산(백만원) |
|---------------------------|---------------------------------|-------------------------------------|--------------|
| 2-1) 미래세대 공공급식 확대 및 환경 개선 | 2-1-1. 로컬푸드를 이용한 학교급식 공급 시스템 구축 | 로컬푸드학교급식 공급 방안 마련 | 148 |
| | 2-1-2. 공공급식 식재료 공동구매 사업 | 소규모 공공급식 기관에서 안전 식재료 구매 | 6 |
| | 2-1-3. 공공급식 기관 조리 환경 개선 사업 | 소규모 공공급식기관 조리환경 개선 | 500 |
| 2-2) 먹거리 불안 해소 대안 마련 | 2-2-1. 대체식에 따른 단체급식 레시피 개발 | 다문화, 알리지학생을 위한 레시피 개발 | 8 |
| | 2-2-2. 다문화 특성에 따른 음식문화 자료 개발 | 다문화 음식 문화 자료 개발 및 배포 | 150 |
| | 2-2-3. 대체 먹거리와 영양 교육 | 대체식에 따른 영양 교육 | 24 |
| 2-3) 먹거리 기반 시민 접근성 확대 | 2-3-1. 예비 잔식 나눔 사업 | 학교와 공공급식 기관과 연계하여 예비 잔식을 이용한 도시락 사업 | 56 |
| | 2-3-2. 반찬 메이커프로젝트 운영 | 어르신들의 솜씨로 청년 반찬 제공 사업 | 43 |
| | 2-3-3. 어린이 제때 먹거리 지원사업 (경로당 연계) | 일반 어린이 식사 제공 사업 | 475 |
| | 2-3-4. '오소'가게 및 먹거리 클래스 확대 사업 | 안산시 '오소가게'와 연계한 먹거리 교육사업 확대 | 10 |
| | 2-3-5. 공유냉장고 지원사업 | 공유냉장고 확대 | 20 |
| | 2-3-6. 당진 근처에서 식재료 나눔 사업 | 지역 커뮤니티(당근)플랫폼과 연계한 먹거리 공유 사업 | 25 |
| | 2-3-7. 로컬푸드 공동체 법상 | 신사회적 위험대상인 1인가구를 위한 공동체 법상 운영 | 10 |
| | 2-3-8. 반지하를 활용한 커뮤니티 공간 확대 | 먹거리 커뮤니티 공간 확대 | 65 |
| 합계 | | | 1,540 |

18

제안사업) 먹거리 기반 지역경제 선순환체계 구축

세부 사업

| 핵심과제 | 세부사업 | 사업 내용 | 예산(백만원) |
|----------------------------|-------------------------------|---|------------|
| 3-1) 먹거리와 연계한 지역 관광 활성화 | 3-1-1. 청년 팝업스토어 기획 및 지원 사업 | 관광과 연계한 청년들의 먹거리 가공 유통 지원 온라인 유통 적극 지원 | 110 |
| | 3-1-2. 안산 미식(美食) 문화학교 | 먹거리와 환경을 연계한 관광프로그램 개발 | 240 |
| | 3-1-3. 대부도 우리밀을 이용한 먹거리 기반조성 | 대부도 우리밀과 연계한 먹거리 개발 | 80 |
| 3-2) 사회적경제 기반의 먹거리 공동체 활성화 | 3-2-1. 지역 상품 콜라보 지원 사업 | 사회적경제조직 간 상품 패키징을 통한 지역 상품 개발 | 30 |
| | 3-2-2. 노인 공동체와 연계한 로컬레시피연구 지원 | 로컬을 이용한 레시피를 개발하여 전수 | 20 |
| 3-3) 먹거리 기반 인력 육성 | 3-3-1. 농촌 인력 사업단 구성 | 청년, 자활센터 연계를 통한 농작업 인력 육성 | 222 |
| | 3-3-2. 먹거리 경제주체 육성 프로그램 마련 | 청년 대상의 사업 프로그램 개발 및 교육 | 50 |
| | 3-3-3. 식교육프로그램 개발 및 인력 육성 | 전문강사 육성 교육 | 100 |
| 합계 | | | 852 |

19

제안사업) 정책 및 사업 실행기반 마련

세부 사업

| 핵심과제 | 세부사업 | 사업 내용 | 예산(백만원) |
|--------------------------|--|--------------------------------|--------------|
| 4-1) 맞춤형 식교육실행 | 4-1-1. Farm Edu-station of Ansan (영유아 및 어린이) | 도심속 농촌 현장 체험 및 견학 | 92 |
| | 4-1-2. 먹거리 공교육 연계 사업(청소년) | 학교별 창제시간을 먹거리 교육 시간으로 활용 | 168 |
| | 4-1-3. 다문화가구 청소년을 위한 로컬요리 체험 | 다문화가구 청소년을 대상으로 하는 식교육 프로그램 운영 | 64 |
| | 4-1-4. 안산시 거주 외국인 농촌체험바퀴 | 안산시 거주 외국인 농촌체험 프로그램 | 14 |
| | 4-1-5. 학부모 식교육 프로그램 운영 | 학부모 대상 교육프로그램 운영 | 150 |
| | 4-1-6. 안산 시민 바른먹거리 교육 | 안산시민이라면 누구나 참여 가능한 교육 프로그램 운영 | 50 |
| 4-2) 민·관 거버넌스 운영 | 4-2-1. 먹거리 아카데미 운영 | 먹거리 아카데미 정기적 운영 | 50 |
| | 4-2-2. 먹거리 위원회 운영 | 먹거리 위원회 운영 | 48 |
| 4-3) 통합적 먹거리 정책 추진 체계 구축 | 4-3-1. 먹거리 지원 통합앱 개발 사업 | 먹거리 관련 통합 앱 개발 | 450 |
| | 4-3-2. 먹거리 조례 검토 및 개정 | 기존 조례 검토 | 비예산 |
| | 4-3-3. 먹거리 종합계획 이행 점검 | 세부사업 실행 점검 | 25 |
| 합계 | | | 1,111 |

20

안산시 청년 1인가구 먹거리 실태조사 결과 토론회

청년 1인가구와 먹거리

1인가구는 먹거리 취약계층이다.

2024년 3월 기준으로 대한민국의 1인 가구수 1천만 돌파, 전체 2400만 가구 중 41.8%가 1인 가구임
혼인을 감소, 고령화 등이 주 원인이며 1인가구 중 321만이 20~30대에 해당함

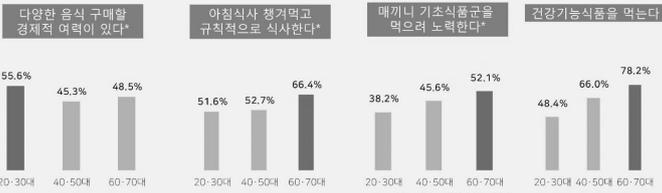


1인 생활의 걱정거리

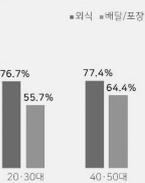


먹거리 취약계층

* 출처: segye.com 'TV, 모바일은 단짠, 식사는 대충. 1인가구 자화상(2021년 2월 6일)



주 1회 이상 외식 배달/포장 빈도



음식점 선택 기준



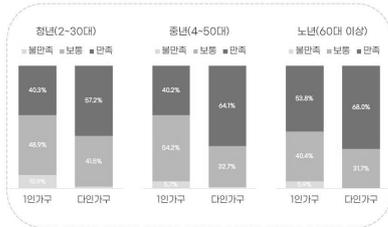
* 출처: 조선일보(2024년 4월 9일)

* 출처: 서울연구원(2020년), '1인가구 연령대별 식생활 실태 조사'

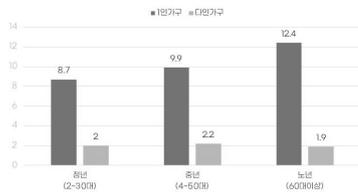
1인가구와 먹거리정책 방향

인간의 생활에 있어 기본적으로 충족되어야 할 주거와 먹거리 문제가 해결되지 않는 상황에서 결혼과 출산, 그리고 대한민국의 미래를 이야기할 수 있을까?

자신의 식단에 대해 만족하시나요?



일주일에 혼자 밥을 먹는 횟수는?



* 출처 : 셸러먼트 리포트(2021년 11월 30일)

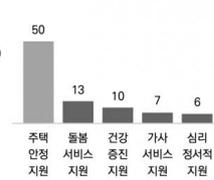


* 출처 : 포항공대 신문(2024년 2월 29일)

[그림] 1인 가구 주요 소비지출* (상위 4위)



[그림] 1인 가구 지원 희망 정책** (%)



* 출처 : 넘버즈 리포트(2021년 12월 17일)

감사합니다!

6. 안산시 1인 가구 청년 먹거리 실태조사 설문조사지

밥은 잘 먹고 있나요?

안산시 1인 가구 청년 먹거리 실태조사 설문지

안녕하세요. 안산시에 거주하는 1인 가구 청년들의 먹거리 실태를 파악하기 위해 설문조사를 시행하고 있습니다. 본 조사는 2024년 8월 21일부터 9월 11일까지 진행될 예정입니다.

○ 조사대상

안산시에 거주하는 19세 이상~39세 이하 1인 가구 청년

* 19세(05년 1월 출생)이상~39세(85년 12월 31일 출생)이하 청년

* 가족 외 동거인(친구, 애인 등)과 같이 사는 경우도 1인 가구로 정의합니다.

□ 필수동의사항 : 본 조사의 성격과 비밀보장 관련

본 조사는 1인 가구 청년 먹거리 실태를 심층적으로 파악하기 위하여 익명으로 진행됩니다. 다만, 설문사례 제공을 위해 전화번호를 받을 예정입니다. 개인정보를 확인할 수 있는 권한은 오직 본 조사 담당기관에게만 부여되며, 응답자별 응답내용이 번호와 함께 외부에 공개되는 일은 없습니다. 본 조사와 관련한 모든 사항은 통계법 제 33조(비밀의 보호)와 제34조(통계종사자 등의 의무)에 입각하여 철저히 비밀을 보장할 것을 약속드립니다.

본 설문은 5~10분 정도 소요됩니다. 귀하의 소중한 의견은 안산시 청년 먹거리 실태를 파악하고 청년들의 먹거리 보장을 위한 정책을 마련하기 위한 자료로 활용될 예정입니다. 설문 참여해주시면 감사하겠습니다.

□ 설문 내용에 빠짐없이 참여해주신 분 중 추첨을 통해 100분에게 모바일 쿠폰 2,000원권을 보내드릴 예정입니다. (※ 당첨자 발표: 2024. 9. 20(금) 예정(개별 연락))

□ 결과 분석 자료를 안산시지속가능발전협의회 홈페이지에 공유할 계획입니다. 앞으로도 많은 관심 부탁드립니다. (문의 : 031-483-0221 안산시지속가능발전협의회)

□ 주관 및 협력기관 : 안산시지속가능발전협의회, 안산녹색소비자연대, 평화인권 청년 사회적협동조합 봄, 안산 청년네트워크, 경기내일스퀘어안산 상상대로

□ 후원 : 경기도, 경기지속가능발전협의회

※ 지금부터 시작하는 질문들은 귀하의 먹거리에 관한 다양한 내용입니다. 먹거리 실태 및 관련 경험을 묻는 질문에 편안하게 답변해주시기 바랍니다.

■ 설문동의

본 조사는 안산에 거주하고 1인 가구 청년(19세이상 39세이하)을 대상으로 합니다. 귀하는 위 내용을 모두 읽었으며 설문 참여에 동의하시나요?

(※가족 외 동거인(친구, 애인 등)과 같이 사는 경우도 1인 가구로 정의합니다.)

- ① 네. 동의하고 설문을 시작합니다.
- ② 아니오. 설문을 종료합니다.

■ 응답자 기본사항

※ 총 5문항으로 구성되어 있습니다.

가1. 귀하의 성별은 무엇인가요?

(* 사회에는 여성, 남성 이외에도 수많은 성별 정체성이 있다는 것을 알고 있습니다. 기타로 둔 것은 기타 등등이 아닌, 다양한 성별을 작성하실 수 있도록 하기 위함 임을 밝힙니다.)

- ① 남성 ② 여성 ③ 기타

가2. 귀하의 연령을 선택해주세요.

- ① 19~22세 ② 23~26세 ③ 27~30세 ④ 31~34세 ⑤ 35-39세

가3. 귀하가 거주하는 동을 선택해주세요.

(* 아래 동은 행정동(행정복지센터)을 기준으로 하며, 가나다 순입니다.)

- ① 고잔동 ② 대부동 ③ 반월동 ④ 백운동 ⑤ 본오동 ⑥ 부곡동 ⑦ 사동 ⑧ 사이동
- ⑨ 선부동 ⑩ 성포동 ⑪ 신길동 ⑫ 안산동 ⑬ 와동 ⑭ 원곡동 ⑮ 월피동 ⑯ 이동
- ⑰ 일동 ⑱ 중앙동 ⑲ 초지동 ⑳ 해양동 ㉑ 호수동

가4. 귀하의 상황과 가장 근접한 상태(유형)을 선택해주세요. (2개까지 중복선택 가능)

- ① 학생(재/휴학생) ② 직장인(정규직) ③ 직장인(비정규직) ④ 프리랜서
- ⑤ 아르바이트 ⑥ 자영업자 ⑦ 창업자 ⑧ 취업준비자 ⑨ 실·휴직자 ⑩ 기타

가5. 안산시 거주기간은 얼마나 되나요?

- ① 1년 미만 ② 1~5년 미만 ③ 5~10년 미만
④ 10~20년 미만 ⑤ 20~30년 미만 ⑥ 30년 이상

■ **생활형태**

※ 총 6문항으로 구성되어 있습니다.

나1. 현재 함께 살고 있는 가구 구성원 수(본인 포함)는 어떻게 되나요?

(※가족 외 동거인(친구, 애인 등)과 같이 사는 경우도 1인 가구로 정의합니다. 가구는 1인 또는 2인 이상이 모여서 취사, 취침 등 생계를 같이 하는 생활 단위를 말합니다)

- ① 나 혼자 산다 ② 2인 가구 ③ 3인 가구 이상 ④ 기타

나2. 2024년 7월 기준으로 귀하의 독립 생활의 기간은 어느 정도 인가요?

- ① 1년 미만 ② 1년 이상 2년 미만 ③ 2년 이상 4년 미만
④ 4년 이상 6년 미만 ⑤ 6년 이상 8년 미만 ⑥ 8년 이상 10년 미만
⑦ 10년 이상

나3. 귀하가 최초로 독립 생활을 하게 된 이유는 무엇인가요? (중복체크 가능)

- ① 직장과의 거리 때문에
② 학업 문제로
③ 부모나 형제로부터 독립하기 위해
④ 동거, 결혼, 이혼, 사별 등의 변화로
⑤ 내 집 마련을 위한 방법으로
⑥ 기타

나4. 귀하가 현재 살고 있는 집의 종류를 선택해 주세요.

(*연립주택/다세대주택-빌라 등, 다가구 주택-원룸,투룸,쓰리룸 등)

- ① 아파트 ② 연립/다세대/다가구 주택 ③ 단독주택 ④ 오피스텔/도시형생활주택
⑤ 비거주용 건물(상가,공장,여관,고시원 등) ⑥ 기숙사 ⑦ 기타

나5. 귀하의 월 평균 소득은 얼마인가요?

(※소득은 용돈, 월급, 비정기적수입 모두 해당됨, 실수령액)

- ① 월 100만원 미만

- ② 월 100만원 이상 200만원 미만
- ③ 월 200만원 이상 300만원 미만
- ④ 월 300만원 이상 400만원 미만
- ⑤ 월 400만원 이상 500만원 미만
- ⑥ 월 500만원 이상
- ⑦ 기타

나6. 귀하의 월 소득 중 식비의 비중은 어느정도 되나요?

(※식비는 먹는데 드는 모든 돈을 말합니다, (예. 식재료/커피/간식 구입, 외식비 등))

- ① 10%이하
- ② 10%초과 30%이하
- ③ 30%초과 50%이하
- ④ 50%초과 70%이하
- ⑤ 70%초과 90%이하
- ⑥ 90%초과

■ 식생활습관

※ 총 12문항으로 구성되어 있습니다.

<기본 및 식사>

다1. 지난 1년 동안 귀하의 식생활 형편을 가장 잘 나타낸 것은 다음 중 무엇인가요?

- ① 원하는 만큼 충분한 양과 다양한 종류의 음식을 먹을 수 있었다.
- ② 충분한 양의 음식을 먹을 수 있었으나, 다양한 종류의 음식은 먹지 못했다.
- ③ 경제적으로 어려워서 가끔 먹을 것이 부족했다.
- ④ 경제적으로 어려워서 자주 먹을 것이 부족했다.

다2. 하루에 보통 몇 번 식사를 하나요?

- ① 1회 ② 2회 ③ 3회 ④ 4회 ⑤ 기타 ()

다3. 평소 식사는 누구와 함께 하나요? (중복체크 가능)

- ① 혼자 ② 동료 ③ 친구 ④ 가족 ⑤ 연인 ⑥ 기타

다4. 귀하의 식사를 주로 어떻게 하나요? (중복체크 가능)

- ① 직접조리 ② 밀키트 ③ 배달 ④ 식당 ⑤ 편의점 ⑥ 기타

다4-1. 식사를 다4 문항과 같이 하는 이유는 무엇인가요? (중복체크 가능)

- ① 편리해서
 ② 맛있어서
 ③ 저렴해서
 ④ 건강을 위해서
 ⑤ 시간이 없어서
 ⑥ 조리도구가 없어서
 ⑦ 요리를 할 줄 몰라서
 ⑧ 식재료 보관이 어려워서
 ⑨ 기타

다5. 귀하는 어떤 종류의 음식을 식사로 가장 자주 드시나요? (중복체크 가능)

- ① 국류(국,탕,찌개,짜글이,전골 등)
 ② 죽/밥류/반찬류(죽,밥,김치 등)
 ③ 육류(치킨,보쌈,닭볶음탕,삼겹살)
 ④ 생선류(생선구이 등)
 ⑤ 면류(국수,파스타,라면 등)
 ⑥ 분식류(떡볶이,돈가스 등)
 ⑦ 채소/과일류(샐러드,쌈 등)
 ⑧ 기타

다5-1. 귀하는 과일과 채소를 얼마나 자주 먹는 편인가요? (일주일 기준)

- ① 7일(매일) ② 5~6일 ③ 3~4일 ④ 1~2일 ⑤ 거의 안 먹음

다5-2. 귀하는 식사 대신에 간식 또는 후식을 먹은 경우가 있나요? (일주일 기준)

- ① 7일(매일) ② 5~6일 ③ 3~4일 ④ 1~2일 ⑤ 거의 없음

다5-3. 간식 또는 후식으로 무엇을 자주 먹나요? (중복체크 가능)

- ① 안 먹음 ② 커피 ③ 차, 음료 ④ 케익, 빵 ⑤ 떡 ⑥ 과자 ⑦ 초콜릿, 사탕 ⑧ 술 ⑨ 기타

다6. 귀하는 일주일 기준으로 외식을 얼마나 자주 하나요?

(※외식(外食)은 집 밖 외에 먹는 음식으로, 음식점 등에서 음식을 사서(배달해서) 이루어지는 식사 형태를 말합니다.)

- ① 7일(매일) ② 5~6일 ③ 3~4일 ④ 1~2일 ⑤ 거의 안함

다6-1. 귀하가 외식을 하는 이유는 무엇인가요? (중복체크 가능)

- ① 편하게 먹을 수 있어서
 ② 시간이 없어서
 ③ 음식을 만들 줄 몰라서
 ④ 맛있어서
 ⑤ 귀찮아서
 ⑥ 식사 약속이 있어서
 ⑦ 해먹는 것보다 저렴해서
 ⑧ 다른 선택권이 없어서
 ⑨ 기타

다6-2. 외식에 대한 평균 만족도는?

- ① 매우 만족 ② 만족 ③ 보통 ④ 불만족 ⑤ 매우 불만족

다7. 귀하의 일주일 기준으로 식사를 거른 적이 있나요?

- ① 7일(매일) ② 5~6일 ③ 3~4일 ④ 1~2일 ⑤ 없음

다7-1. 귀하가 식사를 거른 적이 있다면 그 이유는? (중복체크 가능)

- ① 식사 거른 적 없음
 ② 식욕이 없어서
 ③ 혼자 먹기 싫어서
 ④ 시간이 없어서
 ⑤ 귀찮아서
 ⑥ 습관적으로
 ⑦ 돈을 아끼려고
 ⑧ 다이어트를 위해
 ⑨ 기타

다8. 귀하의 한 달 사이에 과식을 얼마나 자주 했나요?

- ① 거의 매일 ② 주3~4회 ③ 주1~2회 ④ 월 1~2회 ⑤ 없음

다8-1. 귀하가 과식을 해본 적이 있다면 그 이유는? (중복체크 가능)

- ① 없음
 ② 식사 시간이 불규칙해서
 ③ 맛있어서
 ④ 배고파서
 ⑤ 습관적으로
 ⑥ 스트레스 받아서
 ⑦ 기타

〈식재료 구입〉

다9. 식재료를 주로 어디서 구입하시나요? (중복체크 가능)

- ① 동네슈퍼 ② 편의점 ③ 대형유통매장 ④ 온라인몰 ⑤ 가족, 지인
 ⑥ 구매하지 않음 ⑦ 기타

다9-1. 다9 문항과 같이 식재료를 구입하는 방식의 이유는 무엇입니까? (중복체크 가능)

- ① 구매하지 않음 ② 편리해서 ③ 가격이 저렴해서 ④ 좋은 먹거리가 있어서
 ⑤ 맛있어서 ⑥ 습관적으로 ⑦ 바빠서 ⑧ 기타

다10. 식재료 구매 시 아래 사항을 확인하시나요? 해당 내용에 체크해주세요.

1. 원산지(국내산/수입산) : ① 꼭 확인한다. ② 종종 확인한다. ③ 신경쓰지 않는다.
 2. 식품표시기준(식품첨가물 등) : ① 꼭 확인한다. ② 종종 확인한다. ③ 신경쓰지 않는다.
 3. 친환경여부 : ① 꼭 확인한다. ② 종종 확인한다. ③ 신경쓰지 않는다.

〈조리〉

다11. 평소에 직접 음식을 조리하는 편인가요?

- ① 매우 그렇다 ② 그렇다 ③ 보통이다 ④ 아니다 ⑤ 전혀 아니다

다12. 음식 조리 시 어려운 점은 무엇인가요? (중복체크 가능)

- ① 만드는 방법을 잘 모른다.
 ② 1인 분량을 맞추기 어렵다.
 ③ 재료 손질이 어렵다.

- ④ 돈이 많이 든다.
- ⑤ 시간이 많이 걸린다.
- ⑥ 정리하기가 힘들다.
- ⑦ 조리공간이 열악하다.
- ⑧ 어려운 점이 없다.
- ⑨ 기타

■ 건강행태

※ 총 2문항으로 구성되어 있습니다.

라1. 일주일에 운동을 얼마나 자주 하나요?

- ① 안함 ② 월1~2회 ③ 주1~2회 ④ 주3회 이상

라2. 귀하의 수면시간은 하루에 평균 얼마나 되나요?

- ① 3시간 이하 ② 4~6시간 이하 ③ 7~9시간 이하 ④ 10시간 이상

■ 먹거리인식

※ 총 7문항으로 구성되어 있습니다.

마1. 귀하가 한 끼 식사에 들어가는 비용은 평균적으로 얼마입니까?

- ① 5,000원 이내 ② 6,000원~7,000원 ③ 8,000원~9,000원
- ④ 10,000원~12,000원 ⑤ 13,000원~15,000원 ⑥ 16,000원 이상

마2. 귀하는 한 끼의 식사비로 얼마가 적당하다고 생각 하나요?

- ① 5,000원 이내 ② 6,000원~7,000원 ③ 8,000원~9,000원
- ④ 10,000원~12,000원 ⑤ 13,000원~15,000원 ⑥ 16,000원 이상

마3. 건강한 먹거리의 기준에 해당하는 것은 무엇이라 생각하시나요? (3개까지 중복체크 가능)

- ① 가격 ② 품질(ex신선도) ③ 생산방식(ex유기농, 무농약) ④ 편리성
- ⑤ 맛 ⑥ 로컬푸드 ⑦ 영양성분 ⑧ 기타

마4. 귀하의 식생활에 가장 영향을 주는 것은 무엇인가요?

- ① 유행(떡방,맛집 등) ② 가족 ③ 시간 ④ 돈 ⑤ 친구/지인 ⑥ 기타

마5. 현재 **식생활**에 **만족**하시나요?

- ① 매우 만족한다 ② 만족한다 ③ 모르겠다 ④ 불만족한다 ⑤ 매우 불만족한다

마6. 현재 **식생활**에서 **아쉬운 점**이 있다면 무엇입니까? (**중복체크 가능**)

- ① 시간의 부족 ② 재정적 부담 ③ 정보의 부족 ④ 환경(가정적, 사회적)
 ⑤ 관계의 단절(외로움, 혼밥 등) ⑥ 영양부족 ⑦ 기타 ()

마7. 1인가구 청년의 먹거리를 위해 **가장 먼저 지원되어야 하는 정책**은 무엇이라 생각하십니까? (**중복체크 가능**)

- ① 정기적인 식생활 실태조사
 ② 안전한 먹거리 및 건강한 식생활에 대한 정확한 정보 제공 및 교육
 ③ 안심하고 좋은 먹거리를 구입할 수 있는 구매처 확대
 ④ 대학 또는 청년 층 다수 이용시설 대상 공공급식 확대
 ⑤ 지역 내 안전한 먹거리 식당 선정 및 홍보
 ⑥ 식료품 지원 확대(바우처, 꾸러미 제공 등)
 ⑦ 식생활 공동체 확대(공유부엌, 마을급식 등)
 ⑧ 현금 지원 정책(전자카드, 지역화폐 등)
 ⑨ 구내식당의 채식 메뉴 선택권 보장
 ⑩ 기타

※ 안산시 청년 먹거리 정책, 실태조사 등에 관해 궁금하거나 바라는 점이 있으면 자유롭게 남겨주세요!

※ 설문 내용에 빠짐없이 참여해주신 분들께 추첨을 통해 모바일 쿠폰 2,000원권을 보내드릴 예정입니다. 원하시는 분은 휴대폰 번호를 적어주세요. ※ 예시. 010-0000-0000

※ 청년들의 먹거리 실태를 조금 더 구체적으로 파악하기 위해 그룹인터뷰(FGI)를 진행하려고 합니다. 인터뷰 날짜는 아래와 같습니다. 참여를 원하시는 분은 휴대폰 번호를 적어주세요. (그룹인터뷰 날짜 10/1(화) 저녁7시 (장소 추후 공지), 다과 및 소정의 인터뷰비 제공) ※ 예시. 010-0000-0000

그룹인터뷰 참여를 원합니다.

답변해주신 소중한 자료를 활용하여 안산청년들의 건강한 먹거리 환경 마련을 위해 최선을 다하겠습니다. 결과 분석 자료를 안산시지속가능발전협의회 홈페이지에 공유할 계획입니다. 앞으로도 많은 관심 부탁드립니다.

