

청소년 4명 중 1명, 주3회 이상 편의점서 끼니 때워

한국 청소년 약 4명 중 1명은 일주일에 3번 이상 편의점에서 끼니를 때우고 있다는 조사결과가 나왔다. 먹기 간편해서라는 응답이 가장 많았지만 바쁜 학교생활 등에 치여 밥 먹을 시간이 부족하다는 이유도 적지 않았다.



▲ 편의점에 진열된 다양한 종류의 컵라면들(위). 편의점에서 라면을 먹고 있는 청소년(아래)

13일 '연합뉴스'에 따르면 질병예방센터 건강영양조사과 오경원·김지희·윤성하 연구팀은 2017년 청소년건강행태조사에 참여한 청소년 6만2천276명(남학생 3만1천624명·여학생 3만652명)의 편의식품 섭취 현황을 분석해 이러한 사실을 확인했다.

질병관리본부가 발행하는 '주간 건강과 질병' 최근호(제11권 제41호)에 실린 연구 보고서에 따르면 한국 청소년의 39.3%는 주 1~2회, 26.0%는 주 3회 이상 편의점이나 슈퍼마켓, 매점 등에서 판매하는 편의식품으로 식사를 대신하고 있었다.

최근 일주일 동안 식사를 대신해 먹은 식품은 라면 등과 같은 면류(64.5%)라는 응답이 가장 많았다. 이어 김밥류(58.0%), 음료수(42.2%), 샌드위치류(25.3%), 과자류(24.1%) 순이었다.

남학생은 여학생보다 편의점 등에서 판매하는 도시락(남학생 12.7%, 여학생 5.1%)을, 여학생은 남학생보다 과자(남학생 19.5%, 여학생 28.8%)와 유제품(남학생 9.0%, 여학생 14.9%)을 많이 먹었다.

이들이 편의식품으로 식사를 대신하는 주된 이유는 '먹기 간편해서'(26.5%), '시간이 없어서'(20.1%) 등으로 나타났다. 단 '맛있어서'라는 이유도 19.1%나 됐다.

같은 조사에서 주 3회 이상 편의식품으로 식사를 하는 학생이 영양 불균형이 심각하다는 사실도 지적됐다.

연구팀은 "주 3회 이상 편의식품으로 식사를 대신할 경우 과일, 채소, 우유 등 권장 식품의 섭취율은 낮은 반면 패스트푸드, 과자, 탄산음료 등 제한해야 할 식품의 섭취율은 높았다."면서 "(청소년들이) 편의식품으로 식사하더라도 건강한 음식을 고를 수 있는 영양교육이 필요할 것으로 보인다."고 밝혔다.

한국, 국가경쟁력 세계 15위

세계경제포럼(WEF)이 매년 발표하는 국가경쟁력 평가에서 한국이 주요 선진국 수준의 평가를 받았다. 그러나 지난해에 이어 올해도 생산물 및 노동 시장은 국가경쟁력을 취약하게 하는 요인으로 지적됐다.

17일 '뉴시스'에 따르면 WEF는 이날 올해 140개국을 대상으로 국가경쟁력을 평가한 결과, 한국이 종합순위 15위를 차지했다고 밝혔다.

아시아 국가 중에선 5위이며 경제협력개발기구(OECD) 35개국 중에선 12위다. 미국(1위), 싱가포르(2위), 독일(3위), 스위스(4위), 일본(5위), 홍콩(7위), 영국(8위), 대만(13위)보다는 낮고, 프랑스(17위), 중국(28위)보다는 높다.

올해부터 평가 방식이 개편되면서 종합순위가 상향 조정됐다. 옛 지수를 기준으로 하면 한국은 지난해까지 4년 연속 26위를 기록했으나 새 지수로 보면 지난해엔 17위에 올랐고 올해 2계단 상승했다.

WEF는 올해부터 4차 산업혁명, 글로벌 금융위기 경험 등 경제 환경 여건 변화를 반영해 평가 방식이 개편됐다고 설명했다. 결핵 발병률, 말라리아 발병률, 테러 위협 비용, 경영대학원의 질 등 시의성·객관성이 떨어지는 항목이 삭제되고 광케이블 인터넷 가입자 수, 특허출원, 시가총액 등 4차 산

업혁명 관련 항목이 추가됐다.

한국은 물가, 공공부문 부채의 지속 가능성 등 '거시경제 안전성' 부문과 광케이블, 초고속 인터넷 등 '정보통신기술(ICT) 보급' 부문에서 세계 최고 수준을 기록했다. 특히 ICT 보급은 개편 과정에서 새로 추가된 부문으로 광케이블 인터넷 가입자 수(1위), 초고속 인터넷 가입자 수(6위), 인터넷 사용 인구(9위) 등에서 전반적으로 상위권에 올랐다.

WEF는 "4차 산업혁명 시대엔 혁신이 경제 발전의 핵심 요인"이라며 "한국은 세계 최고 수준의 정보통신기술을 보유한 ICT 부문 글로벌 리더이며 주요 혁신 거점"이라고 평가했다.

교통, 전력 및 수자원 보급 등 '인프라(6위)' 부문에서도 좋은 평가를 받았다. 전력보급률(1위), 해상운송 연결 정도(3위), 철도서비스(4위), 항공 서비스(9위), 해상교통 서비스(14위) 등에서 높은 점수를 받았다.

연구개발, 지적재산 등 '혁신역량(8위)'도 상대적으로 높은 수준인 것으로 조사됐다. 연구·개발(R&D) 부문 지출(2위), 특허 출원 수(3위) 등이 최상위권 수준이었고 연구기관 역량(11위), 과학 논문 게재(18위) 등도 상위권이었다. 다만 혁신적 사고(90위), 기업가 정신·기업문화(50위) 등은 취약한 것으로 평가됐다.

34년을 오직 한 길

벨플라워/세리토스/다우니/플러튼/롱비치/놀릭

빅토리 바디샵

VICTORY BODY & SHOP

LIFETIME WARRANTY!

최대의 시설 / 만족한 서비스 / 저렴한 가격

- ✓ 보험 수리 전문 (일단, 전화 먼저 주세요!!)
- ✓ Lease Return
- ✓ 보험 없는 분들 오시면 부담없이 수리해 드립니다
- ✓ 전화 or 방문상담 환영
- ✓ Towing & Rent Car



☎ (562)920-9745~6

17441 Clark Ave. Bellflower, CA 90706

Email: victoryautobody@gmail.com

