

자료번호	A1-2014-0013
자 료 명	식생활 습관에 관한 조사, 2014

식탐에 대한 의견조사

[KBS국민패널] 여러분 안녕하십니까?
 한국방송리서치에서는 식탐에 대한 여러분의 의견을 듣고자 합니다.
 여러분의 의견은 <생로병사의 비밀>의 제작을 위한 소중한 자료가
 될 것입니다.
 응답내용은 익명으로 처리되며, 비밀이 보장됩니다.
 많은 참여 부탁드립니다. 감사합니다.

연락처: 한국방송리서치 운영자
 02) 781-2422

문1. 평소 주위 사람들로부터 식탐이 있다는 이야기를 들어본 적이 있습니까?

- ① 자주 듣는다 (☞ 문2로)
- ② 가끔 듣는다 (☞ 문2로)
- ③ 들어본 적이 없다 (☞ 문3으로)

문2. 그렇다면 주위사람들이 식탐을 지적할 때는 주로 언제입니까? 있는 대로 골라주십시오.

- ① 식사 시 음식을 남들보다 많이 주문할 때
- ② 식사 시 식사 속도가 빨라 남들과 보조를 맞추지 못할 때
- ③ 식사 시 먹는 것에만 집중해서 대화가 끊어질 때
- ④ 주위 사람들에게 함께 군것질을 하자고 할 때
- ⑤ 평소보다 체중이 늘어났을 때
- ⑥ 기타 ()

문3. 스스로 생각하기에 본인은 식탐이 있다고 생각하십니까?

- ① 예 (☞ 문4로)
- ② 아니오 (☞ 문8로)
- ③ 잘 모르겠다 (☞ 문8로)

문4. 본인이 식탐이 있다고 생각하는 이유는 무엇입니까? 있는 대로 골라 주십시오.

- ① 배가 부르데도 음식이 있으면 계속 먹기 때문에
- ② 먹고 싶은 음식이 생각나거나 보일 때 먹지 못하면 참을 수 없어서
- ③ 식사 시간이 아닐 때에도 하루 종일 수시로 먹고 싶기 때문에
- ④ 음식 생각 때문에 다른 일에 집중이 안되는 경우가 많아서
- ⑤ 습관적으로 군것질을 하기 때문에
- ⑥ 기타 ()

문5. 식탐 때문에 일상 생활에 지장을 겪거나 불편을 느낀 적이 있습니까?

- ① 자주 그렇다 (☞ 문7로)
- ② 가끔 그렇다 (☞ 문7로)
- ③ 그런 적이 없다 (☞ 문8로)

문6. 그렇다면 식탐 때문에 불편을 느끼는 이유는 무엇입니까? 있는 대로 골라주십시오.

- ① 식비가 많이 든다
- ② 건강, 체중 관리가 어렵다
- ③ 먹는 데 보내는 시간이 많이 든다
- ④ 음식생각 때문에 다른 일에 집중하기 어려울 때가 있다
- ⑤ 주위 사람들이 식탐이 있다고 놀리거나 지적한다
- ⑥ 주위 사람들과 식사 시 보조를 맞추기 어렵다
- ⑦ 기타 ()

문7. 평소 통상적인 식사 시간대에 식사를 하는 편입니까? 통상적인 식사 시간대의 기준은 아래와 같습니다.

아침식사: 07시~09시
점심식사: 11시~14시
저녁식사: 18시~20시

- ① 예 (☞ 문9로)
- ② 아니오 (☞ 문10으로)

문8. 그렇다면 통상적인 하루 세끼 식사 시간대 외에 음식 생각이 많이 나는 시간대가 있다면 언제입니까?

- ① 오전 시간대 (9시 이후~11시 이전)
- ② 오후 시간대 (14시 이후~17시 이전)
- ③ 밤 시간대 (20시 이후~23시 이전)
- ④ 심야 시간대 (23시 이후)

문9. 식사를 했음에도 불구하고 음식 생각이 유난히 많이 나는 때가 있다면 언제입니까?
있는 대로 골라주십시오.

- ① 짜증나거나 화가 날 때
- ② 불안하거나 초조할 때
- ③ 우울할 때
- ④ 기쁠 때
- ⑤ 음식 관련 방송(맛집 소개, 먹방 등)이나 식품류 CF(라면, 피자 광고 등)를 볼 때
- ⑥ 주위에서 남들이 먹는 장면을 보았을 때
- ⑦ 심야 시간대에 일을 하거나 공부를 할 때
- ⑧ 수시로
- ⑨ 그런 적이 없다
- ⑩ 기타 ()

문10. 식사시간 외에 간식이나 군것질, 야식 등을 먹고 싶을 때 주로 생각나는 음식은 무엇입니까? 있는 대로 골라주십시오.

- ① 면 요리류(라면, 자장면, 짬뽕 등)
- ② 단 맛의 간식류(초콜릿, 케익 등)
- ③ 과자류(스낵, 쿠키 등)
- ④ 분식집 음식류(떡볶이, 김밥, 만두 등)
- ⑤ 기름진 배달음식류(치킨, 피자, 햄버거 등)
- ⑥ 육류(삼겹살 등)
- ⑦ 간식이나 군것질, 야식 등을 하지 않는다
- ⑧ 기타 ()

문11. 평소 자신이 먹는 양을 조절하기 어려워서 건강이나 체중 등을 걱정해 본 적이 있습니까?

- ① 자주 그렇다
- ② 가끔 그렇다
- ③ 그런 적이 없다

문17. 평소 주로 몇 시 정도에 수면을 취하는 편입니까? (수면시간이 불규칙한 경우 평균적으로 가장 가까운 시간대를 응답해 주십시오.)

- ① 21시 이후~22시 이전
- ② 22시 이후~23시 이전
- ③ 23시 이후~24시(자정) 이전
- ④ 24시(자정) 이후~01시 이전
- ⑤ 01시 이후~02시 이전
- ⑥ 02시 이후~03시 이전
- ⑦ 03시 이후~09시 이전
- ⑧ 09시 이후~21시 이전

문18. 실례지만 신장(키)이 어떻게 되십니까? () cm

문19. 실례지만 체중(몸무게)이 어떻게 되십니까? () kg

－ 끝까지 설문에 응답해 주셔서 대단히 감사합니다! －