

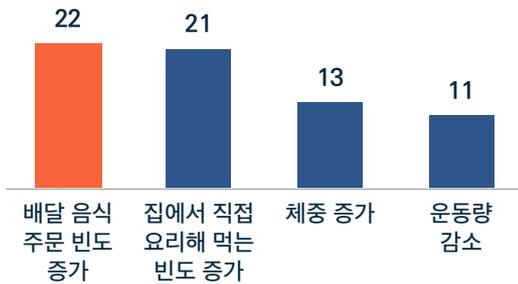
1



코로나19 이후 한국인 생활의 변화, ‘체중 증가/운동량 감소’

- 한국건강증진개발원이 한국 갤럽에 의뢰해 코로나19 이후 생겨난 생활 영역의 변화에 대해 물어본 결과, ‘배달 음식 주문 빈도 증가’(22%), ‘집에서 직접 요리해 먹는 빈도 증가’(21%)가 높게 나타났고, 다음으로 ‘체중 증가’ 13%, ‘운동량 감소’ 11% 등 순으로 나타남
- 코로나19 이후 주로 식습관과 관련된 항목에서 변화가 큰 것으로 나타남

[그림] 코로나19 이후 생활 영역의 변화 (%)

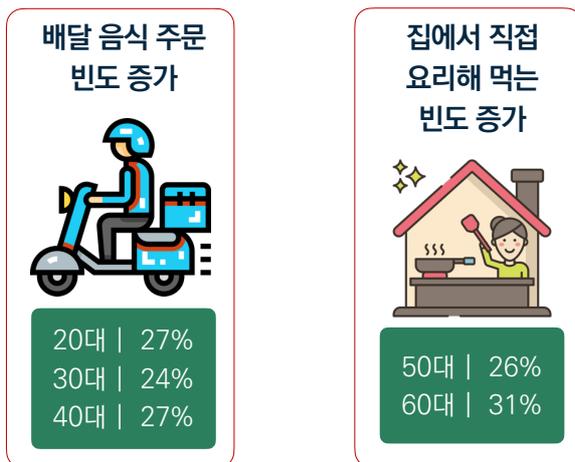


*자료 출처 : 한국건강증진개발원, ‘코로나19 이후 체중 증가/운동량 감소’, 2020.10.12.
(한국 갤럽, 만20-65세 이하 성인남녀 1,031명, 온라인조사, 2020.08.11~24.)

● 40대 이하 ‘배달 음식 주문’ 증가, 50대 이상 ‘집에서 직접 요리’ 증가

- 코로나19 이후 생활 영역 변화를 연령별로 살펴보면, 젊은층인 ‘20-40대’에서는 ‘배달 음식 주문’이 증가했다는 응답이 높고, 반면, ‘50대 이상층’에서는 ‘집에서 직접 요리해 먹는 비율이 높음

[그림] 코로나19 이후 생활 영역 변화 (연령별 1위)



*자료 출처 : 한국건강증진개발원, ‘코로나19 이후 체중 증가/운동량 감소’, 2020.10.12.
(한국 갤럽, 만20-65세 이하 성인남녀 1,031명, 온라인조사, 2020.08.11~24.)