

ISSN: 2800-051X

HankookResearch

한국리서치 주간리포트(제342-2호)

여론속의
여輿論論

[2025년 채식·비거니즘 인식조사]
채식주의자의 식습관, 채식 의향 및 전망

2025. 8. 6.

담당자 이소연 연구원
전화 | 02-3014-1062
e-mail | lee.sy@hrc.co.kr

한국리서치 주간리포트

- 한국리서치가 기획하고 운영하는 자체 조사입니다.
- 격주로 시행하는 정기조사입니다.
- 특정 의제를 다각도로 조사하고 분석하는 심층 여론조사입니다.
여론의 현상과 함께 흐름을 추적하고, 여론 속의 민심을 파악하고자 합니다.
- 정가지표-기획조사 등으로 구성합니다.
- 정가지표는 국가, 사회, 개인과 관련한 국민들의 인식 추이를 제시합니다.
- 기획조사는 한국리서치 연구원이 기획하고 분석합니다. 주제에 따라 외부 전문가와 함께 기획하고 분석 및 보도를 함으로써, 여론에 대한 심층적인 이해를 돕고자 합니다.
- 궁금하신 사항은 아래 에디터들에게 문의하여 주십시오.

운영책임

이동한 수석연구원

전화 | 02-3014-1060

e-mail | dhlee@hrc.co.kr

연구진

이소연 연구원

전화 | 02-3014-1062

e-mail | lee.sy@hrc.co.kr

저작권 정책

- 본 보고서에서 제공하는 모든 콘텐츠(텍스트, 차트 및 그래프)는 저작권법에 의하여 보호받는 저작물로서, 별도의 저작권 표시 또는 다른 출처를 명시한 경우를 제외하고는 원칙적으로 (주)한국리서치에 저작권이 있습니다. 따라서 본 보고서의 콘텐츠를 무단 복제, 배포하는 경우에는 「저작권법」 제136조의 지적재산권침해죄에 해당하여 5년 이하의 징역 또는 5천 만원 이하의 벌금에 처해질 수 있습니다.
- 본 보고서의 콘텐츠는 (주)한국리서치가 상당한 투자나 노력으로 만든 성과물입니다. 출처를 명기하지 않고 이를 무단으로 사용하는 행위는 「부정경쟁방지 및 영업비밀보호에 관한 법률」에 위반되므로 위 행위자에 대해 해당 법률에 따른 조치 및 손해배상을 청구할 수 있습니다.
- 본 보고서로 연결되도록 링크하는 것은 허용합니다. 다만, 이 경우에도 출처는 반드시 명기하여야 합니다.
- 보도, 연구, 교육 등 정당한 범위 안에서 공익적 목적을 위해 본 보고서를 인용할 수 있습니다. 그러나 이 경우에도 인용은 저작물의 일부분에 한정되어야 하며, 전체 내용의 10% 이상을 인용하는 경우에는 이를 저작권 침해로 판단할 수 있습니다.
- 본 보고서의 콘텐츠를 영리 목적 없이 개인적으로 이용할 경우에는 복제가 가능합니다.
- 본 보고서의 콘텐츠로 수익을 얻거나 이에 상응하는 혜택을 누리고자 하는 경우에는 (주)한국리서치와 사전에 별도의 협의를 하거나 허락을 얻어야 하며, 협의 또는 허락을 얻어 자료의 내용을 게재하는 경우에도 출처가 (주)한국리서치임을 반드시 명시하여야 합니다.
- 본 보고서의 콘텐츠를 적법한 절차에 따라 다른 인터넷 사이트에 게재하는 경우에도 단순한 오류 정정 이외에 내용의 무단변경을 금지하며, 이를 위반할 때에는 형사 처분을 받을 수 있습니다.

일러두기

- 본 리포트의 데이터는 소수점 첫째 자리에서 반올림하여 정수로 표기하였으므로, 보고서 상에 표기된 값의 합이 100%가 되지 않을 수 있습니다.
- 복수응답 문항의 빈도는 그 합이 100%를 초과할 수 있습니다.
- 응답 사례 수가 적은 경우 해석에 유의하여 주십시오.



1 채식주의 실천 여부

현재 채식주의를 '실천' 혹은 '지향'한다 17% 60세 이상, 4명 중 1명이 채식주의자이거나 채식을 지향하고 있어

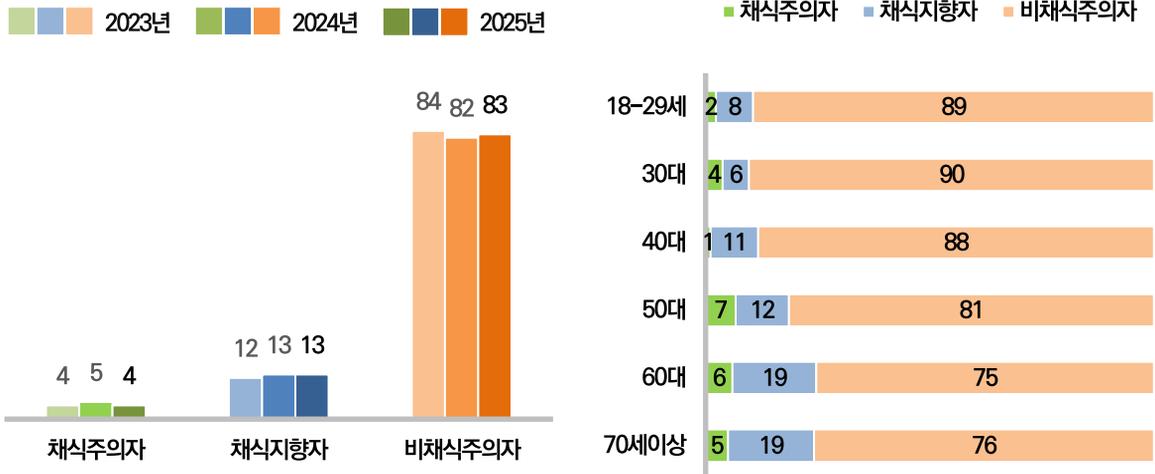
이번 조사에서 채식주의를 실천하거나 채식을 지향하는 사람은 전체 응답자 중 17%로, 지난해(18%)보다 1%포인트 감소했다. 2023년 16%, 2024년 18%, 2025년 17%가 채식하거나 지향한다고 답해, 채식인(채식주의자+채식지향자) 비율은 3년 연속 10% 중반대 수준을 유지하고 있다. 이번 조사에서도 고연령층에서 채식을 실천하거나 지향하는 사람이 많은데, 60세 이상에서 4명 중 1명이 그러하다(18~29세 10%, 60대 25%, 70세 이상 24%).

특히 채식 지향을 넘어서, 본인을 엄격한 채식주의자로 보는 사람은 전체 응답자 중 4%이다. 매년 한 자릿수에 그치는 수준이고, 세대와 관계없이 한자리 수에 머문다.

고연령층에 가까울수록 채식에 친화적인 태도를 보인다. 다만, 1년 전과 비교해보면 60세 이상에서 채식주의 혹은 채식을 지향하는 사람이 소폭 감소했다. 작년에 60대 중 채식인 비율이 32%, 올해 25%로 7%포인트 감소했다. 70세 이상에서도 32%였던 채식인 비율이 올해 24%로, 8%포인트 감소했다.

채식주의 혹은 채식지향자는 17%, 채식에 친화적인 사람은 3년 연속 10% 안팎
고령층에서 채식주의·지향 많은 편... 60세 이상, 4명 중 1명이 채식을 실천하거나 지향하고 있어

(단위: %)



질문: 스스로 판단하시기에, 귀하는 다음 중 어디에 해당한다고 보십니까?

응답자 수: 각 조사별 1,000명

조사기간: 2023. 5. 12. ~ 15. // 2024. 6. 14. ~ 17. // 2025. 6. 13. ~ 16.

한국리서치 정기조사 여론 속의 여론(hrcopinion.co.kr)

**세대가 올라갈수록 채식에 친화적
다만, 작년 대비 60세 이상의 채식인 비율 소폭 감소**

(단위 : %)

| 채식인 (채식주의 혹은 채식지향자) | 2023년 | 2024년 | 2025년 | '2025년-'2024년(%p) |
|---------------------------|-------|-------|-------|-------------------|
| 전체 | 16 | 18 | 17 | -1 |
| 연령 | | | | |
| 18-29세 | 9 | 7 | 10 | +3 |
| 30대 | 14 | 11 | 10 | -1 |
| 40대 | 12 | 11 | 12 | +1 |
| 50대 | 16 | 17 | 19 | +2 |
| 60세 이상 | 24 | - | - | - |
| 60대 | - | 32 | 25 | -7 |
| 70세 이상 | - | 32 | 24 | -8 |

질문: 스스로 판단하시기에, 귀하는 다음 중 어디에 해당한다고 보십니까?

비고: 2023년까지는 60세 이상, 2024년부터 60대와 70세 이상을 구분해서 조사함

응답자 수: 각 조사별 1,000명

조사기간: 2023. 5. 12. ~ 15. // 2024. 6. 14. ~ 17. // 2025. 6. 13. ~ 16.

한국리서치 정기조사 여론 속의 여론(hrcopinion.co.kr)

2

채식주의자의 식습관

채식주의자는 채식 위주의 식사를 하나(50%), 육식도 겸하고 있어(21%)
비채식주의자는 채소와 육류 비슷한 비율로 섭취, 채소 37%·육류 34%

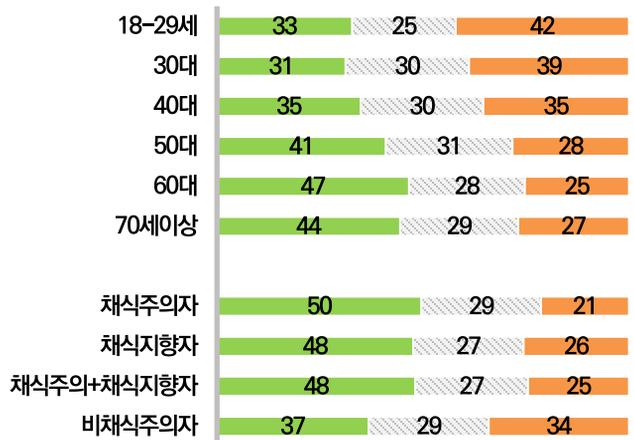
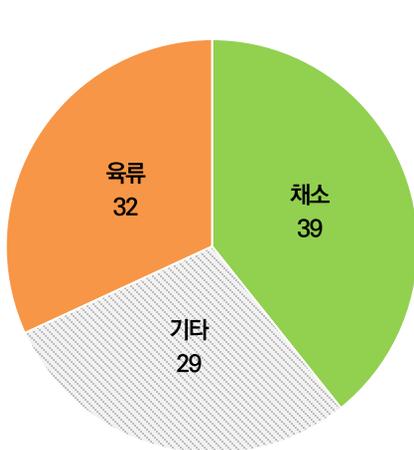
사람들은 채소와 육류를 어떤 비율로 섭취하고 있을까. 과일·견과류 등 ‘식물성 식품’은 ‘채소’로, 조류·어패류·계란·유제품 등 ‘동물성 식품’은 ‘육류’로 분류했다. 하루 평균 식사를 기준으로 대략적인 식품 섭취 비율을 파악한 결과 채소 39%, 육류 32%로 거의 비슷하다. 곡류, 과자 등 가공식품, 음료 등을 포함한 기타 섭취율이 29%로, 균형 잡힌 식습관이라고 단정짓기는 어려우나 채소와 육류 섭취만 비교했을 때는 어느 한 쪽으로 치우침 없이 균형적이다.

연령대와 채식 여부에 따른 식습관 차이를 확인할 수 있다. 앞서 60세 이상은 스스로를 채식 친화적인 세대로 인식하고 있고, 식습관 역시 채식 위주이다. 60세 이상에서 일평균 채소 섭취율은 40% 이상으로 육류 섭취율보다 약 20%포인트 가량 높다. 반면 40대는 채소와 육류를 비슷하게 섭취하고 있고, 30대 이하의 육류 섭취율이 채소 섭취율을 앞선다.

스스로 채식주의자, 혹은 채식을 지향한다고 밝힌 사람은 채소를 더 많이 섭취한다고 답했다. 비채식주의자는 채소와 육류를 비슷하게 섭취한다. 본인을 채식주의자라고 밝힌 사람들도 일부는 육식을 겸하고 있다. 이들의 하루 식사량 중 평균 5분의 1(21%)은 육류를 섭취하고 있다고 답했다. **채식주의자는 식품섭취를 허용하는 범위에 따라, 섭취 허용범위가 엄격한 베지테리언(Vegetarian)과 비교적 엄격하지 않은 세미베지테리언(semi-vegetarian)으로 구분**하는데, 이번 조사에서 본인을 채식주의자라고 답한 4%의 사람들 중에는 베지테리언과 세미베지테리언이 혼재되어 있는 것으로 보인다.

채식 혹은 채식지향자는 채식 위주의 식습관, 다만 채식주의자의 일평균 육류 섭취율 21%
 비채식주의자는 채소 37%, 육류 34% 비슷하게 섭취

(단위 : %)



질문: 평소 식사를 하실 때, 채소와 육류를 어떤 비율로 섭취하십니까? 하루 평균 식사를 기준으로, 채소와 육류, 그리고 기타 음식의 합이 100이 되도록 답해주세요(간식은 제외). 예를 들어 하루 평균 세 끼를 드신다면, 세 끼를 모두 합했을 때 채소와 육류, 기타 음식을 각각 어느 정도 비율로 드시는지 답해 주세요.

비고: 채소, 육류, 기타에는 각각 다음을 포함함. 채소(과일, 견과류, 해조류 등 식물성 식품 포함), 육류(조류, 어패류, 계란, 유제품 등 동물성 식품 포함), 기타(곡류, 과자 등 가공식품, 음료 등). 비채식주의자는 채식주의, 채식지향자가 아닌 사람을 의미함.

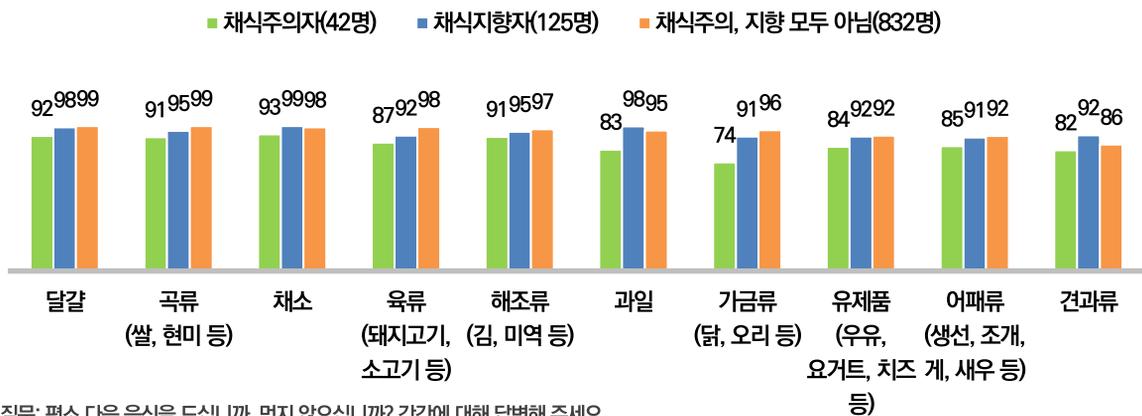
응답자 수: 1,000명

조사기간: 2025. 6. 13. ~ 16.

채식주의는 섭취 가능한 식품에 따라 7가지 유형으로 분류한다. 채식주의 유형을 분류할 때 섭취 허용 여부를 가르는 식품은 **달걀, 육류, 가금류, 유제품, 어패류이다**. 지난해에 이어 채식주의자와 비채식주의자의 식품 섭취 행태에는 큰 차이가 없다. 채식주의자는 채식주의 유형을 가르는 각각의 식품들을 최소 74%~최대 92%까지 섭취하고 있다(달걀 92%, 육류 87%, 어패류 85%, 유제품 84%, 가금류 74%). 본인을 채식주의자가 아니라, 엄격한 채식주의자라고 답했음에도 대다수가 동물성 식품을 섭취한다고 답한 것이다. 채식주의자 5%에는, 완전 채식(Vegan)이 아닌 상황에 따라 채식을 선택하는 플렉시테리언이 혼재되어 있음을 다시 한 번 보여주는 지점이다. 채식을 지향하는 사람들 역시 90% 이상이 동물성 식품을 섭취하고 있었다(달걀 98%, 육류 92%, 유제품 92%, 어패류 91%, 가금류 91%)

채식주의자, 비채식주의자와 식생활에 큰 차이 없어
채식주의자의 74% 이상, 달걀·육류·유제품·가금류·어패류 등 동물성 식품 섭취하고 있어

(단위 : %)



질문: 평소 다음 음식을 드십니까, 먹지 않으십니까? 각각에 대해 답변해 주세요.

비고: 다음 식품을 '먹는다' 응답 제외함. 비채식주의자는 채식주의·채식지향자가 아닌 사람을 의미함. 채식주의자의 모집단을 확인할 수 없고, 표본수가 42명이라는 점에서 해석에 유의해야 함.

응답자 수: 1,000명

조사기간: 2025. 6. 13. ~ 16.

한국리서치 정기조사 여론 속의 여론(hrcopinion.co.kr)

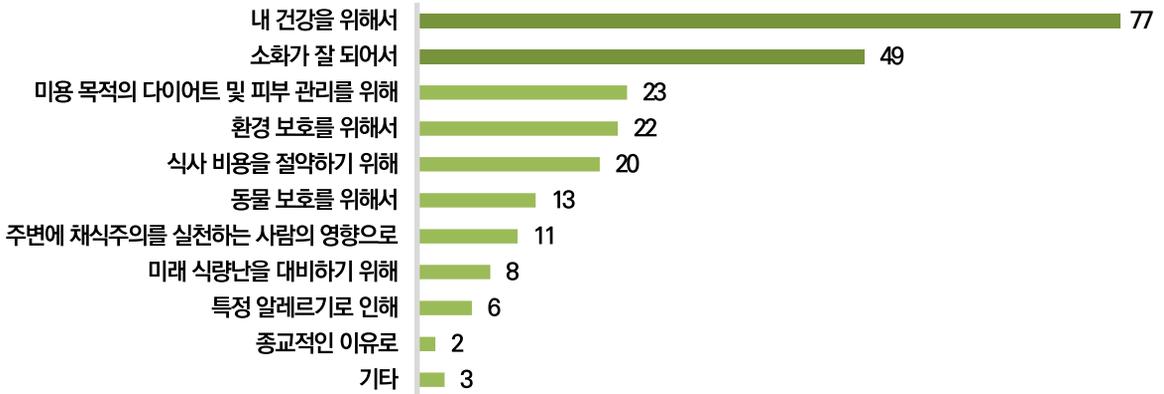
채식을 하는 가장 큰 이유는 '내 건강을 위해(77%)'
환경이나 동물 보호와 같은 사회적 가치는 후순위

본인을 채식주의, 채식주의자라고 답한 168명에게 채식을 하는 이유를 물었다. 채식을 하는 주된 이유는 '내 건강을 위해서(77%)'이다. 이어서 '소화가 잘 돼서(49%)', '미용 목적의 다이어트 및 피부 관리를 위해(23%)', '환경 보호를 위해서(22%)', '식사 비용을 절약하기 위해(20%)', '동물 보호를 위해서(13%)' 등이 뒤를 잇는다. **작년**에 이어 채식을 하는 이유로 가치나 신념보다 건강증진에 가장 큰 목적을 두고 있다. 1년 전과 비교했을 때 채식을 하는 이유로 환경 보호(16%→22%)나 동물 보호(6%→13%)를 꼽는 응답이 각각 6%, 7%포인트 증가했다. 하지만 여전히 개인의 신념이나 사회적 가치는 후순위에 머물고 있다.

성별, 연령대와 관계 없이 대다수가 건강하기 위해 채식을 한다고 답한 가운데 여성은 남성보다 건강이나 소화, 미용 목적으로 채식을 한다는 응답이 높다. 50세 이하는 미용이나 환경, 동물 보호와 같이 사회적 가치를 이유로 꼽는 사람이 20% 내외이고 60세 이하는 건강에 이어 소화가 잘 되는 것이 중요하다고 답했다. 채식을 하는 공통된 이유는 건강이지만 미용이나 환경·동물 보호 등 사회적 가치를 중시하는 부차적인 이유는 세대별로 차이를 보인다.

채식을 하는 가장 큰 이유는 '내 건강을 위해(77%)'
개인의 신념이나 사회적 가치 실현을 이유로 꼽는 비율은 20%대

(단위 : %)



여성은 남성보다 건강이나 미용 목적으로 채식을 하고 있어
50세 이하, '환경'이나 '동물 보호'를 이유로 꼽는 사람 20% 내외

(단위 : %)

| 채식인 (채식주의 혹은 채식지향자) | 사례수 (명) | 내 건강을 위해서 | 소화가 잘 되어서 | 미용 목적의 다이어트 및 피부 관리를 위해 | 환경 보호 위해서 | 식사 비용을 절약하기 위해 | 동물 보호 위해서 | 주변에 채식주의를 실천하는 사람의 영향으로 | 미래 식량난을 대비하기 위해 | 특정 알레르기로 인해 | 종교적인 이유로 | 기타 |
|------------------------------|------------|--------------|--------------|--|--------------|-------------------------|--------------|-------------------------------------|--------------------------|-------------------|-------------|----|
| 전체 | (168) | 77 | 49 | 23 | 22 | 20 | 13 | 11 | 8 | 6 | 2 | 3 |
| 성별 | | | | | | | | | | | | |
| 남자 | (75) | 70 | 39 | 18 | 22 | 20 | 13 | 15 | 7 | 10 | 2 | 4 |
| 여자 | (93) | 82 | 58 | 26 | 22 | 19 | 13 | 8 | 9 | 3 | 1 | 2 |
| 연령 | | | | | | | | | | | | |
| 18-59세 | (87) | 73 | 44 | 27 | 25 | 22 | 18 | 12 | 8 | 10 | 2 | 2 |
| 60세 이상 | (80) | 81 | 54 | 18 | 18 | 18 | 7 | 11 | 8 | 2 | 1 | 4 |

질문: 채식주의를 실천 혹은 지향하는 이유는 다음 중 무엇입니까? 해당하는 이유를 모두 골라주십시오.

비고: 복수응답

응답자 수: 채식주의 혹은 채식을 지향하는 168명

조사기간: 2025. 6. 13. ~ 16.

한국리서치 정기조사 여론 속의 여론(hrcopinion.co.kr)

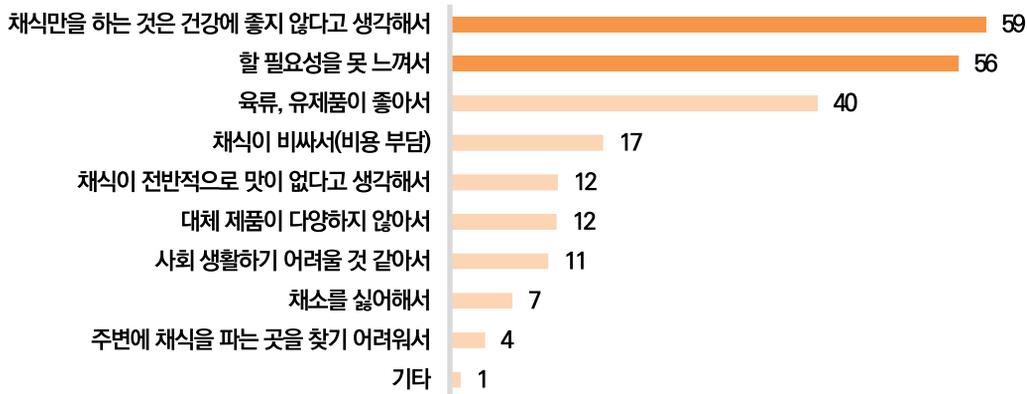
채식을 하지 않는 이유는? 채식만을 하는 것은 건강에 좋지 않아서(59%), 필요성을 못 느껴서(56%),

채식주의자가 아니거나 채식을 지향하지 않는 832명에게 그 이유를 물었다. 지난해에 이어 '채식만을 하는 것은 건강에 좋지 않다고 생각해서(59%)', '필요를 못 느껴서(56%)'가 채식을 하지 않는 주요한 이유이다. '육류, 유제품이 좋아서(40%)'와 같은 식품의 기호적인 부분도 뒤를 잇는다. 눈여겨볼 만한 지점은 앞서 채식을 하는 이유도, 채식을 하지 않는 주된 이유도 '건강'을 위한다는 점이다. 각자가 생각하는 방식으로 건강해지기 위해 채식친화적이거나 채식을 지향하지 않는 것이다.

40세 이하는 절반 가량이 육류나 유제품을 선호해 채식을 실천하지 않는 것으로 나타났다. 특히 18~29세에서는 응답자의 20%가 '채소를 싫어해서' 채식을 하지 않는다고 답해, 다른 세대와 비교했을 때 식재료에 대한 선호가 뚜렷하다. 이들은 채식만 하는 식습관이 건강에 해롭다고 생각하지는 않는 편이다(46%). 그럼에도 육류·유제품 선호와 채소 기피 성향이 뚜렷해 채식을 실천할 이유를 크게 느끼지 않는다. 50세 이상은 채식만 하는 식습관이 건강에 좋지 않거나, 채식 필요성을 느끼지 못한다는 응답이 주요하다. 결과적으로 세대별로 다른 입맛과 식품 선호가 채식 실천 여부에 영향을 주는 것으로 보인다.

채식을 하지 않는 이유는 '채식만을 하는 것은 건강에 좋지 않아서(59%)', '필요성을 못 느껴서(56%)' 세대별로 채식을 지양하는 이유에 차이 있어, 40세 이하는 육류나 유제품 선호 높아

(단위 : %)



| 비채식인 (채식주의 혹은 채식을 지향하지 않음) | 사례수 (명) | 채식만을 하는 것은 건강에 좋지 않다고 생각해서 | 할 필요성을 못 느껴서 | 육류, 유제품이 좋아서 | 채식이 비싸서 (비용 부담) | 채식이 전반적으로 맛이 없다고 생각해서 | 대체 제품이 다양하지 않아서 | 사회 생활하기 어려울 것 같아서 | 채소를 싫어해서 | 주변에 채식을 파는 곳을 찾기 어려워서 | 기타 |
|-------------------------------------|--------------|--|--------------------|--------------------|--------------------------|--------------------------------|--------------------------|----------------------------|-------------|-----------------------------------|----------|
| 전체 | (832) | 59 | 56 | 40 | 17 | 12 | 12 | 11 | 7 | 4 | 1 |
| 성별 | | | | | | | | | | | |
| 남자 | (420) | 58 | 58 | 41 | 17 | 13 | 12 | 12 | 8 | 5 | 1 |
| 여자 | (412) | 59 | 54 | 40 | 17 | 11 | 11 | 9 | 6 | 3 | 2 |
| 연령 | | | | | | | | | | | |
| 18~29세 | (137) | 46 | 64 | 48 | 21 | 17 | 15 | 10 | 20 | 7 | 1 |
| 30대 | (135) | 66 | 53 | 50 | 24 | 18 | 10 | 14 | 6 | 4 | 1 |
| 40대 | (153) | 53 | 52 | 44 | 19 | 12 | 7 | 12 | 8 | 5 | 0 |
| 50대 | (159) | 59 | 54 | 35 | 10 | 7 | 11 | 12 | 4 | 2 | 0 |
| 60대 | (134) | 62 | 55 | 31 | 13 | 9 | 9 | 9 | 2 | 3 | 2 |
| 70세 이상 | (114) | 68 | 57 | 33 | 14 | 9 | 19 | 8 | 2 | 3 | 4 |

질문: 채식주의를 하지 않는 이유는 다음 중 무엇입니까? 해당하는 이유를 모두 골라주십시오.

비고: 복수응답

응답자 수: 채식주의 혹은 채식을 지향하지 않는 832명

조사기간: 2025. 6. 13. ~ 16.

3

채식 의향

10명 중 3명은 '앞으로 채식할 것', 채식주의의 실천 의향은 지난해보다 6%포인트 감소 채식인들의 채식 유지 의향은 83%, 비채식주의자 5명 중 1명은 채식 의향 있어

이번 조사에서 31%가 앞으로 채식을 할 것이고, 69%는 채식을 하지 않을 것이라고 답했다. 4년간 채식을 하지 않겠다는 응답이 채식을 하겠다는 응답을 앞서지만, 2023년부터 3년간 채식 의향은 30%대를 꾸준히 유지하고 있다(37%→37%→31%). 이번 조사에서 채식 의향이 작년 대비 6%포인트 감소했으나, 여전히 30%대를 유지하고 있다.

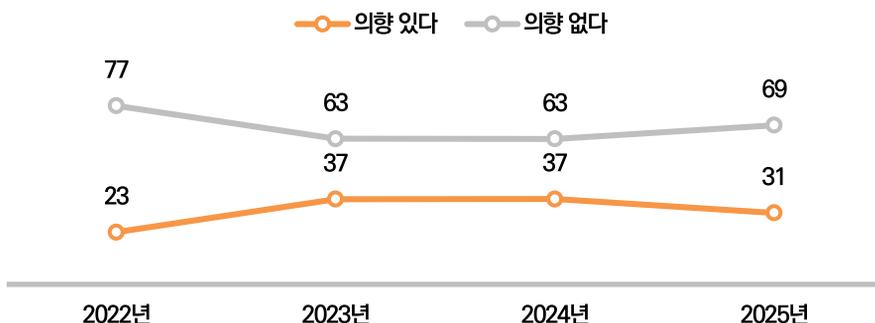
현재 채식주의자이거나 채식을 지향하는 사람들의 83%는 앞으로도 채식을 할 것이라고 답해, 채식 유지 의사는 상당히 높다. 세부적으로 살펴보면 자신을 채식주의자라고 답한 사람 중 74%가, 채식주의자 중 86%가 앞으로도 채식을 할 것이라고 답했다. 채식 유지율은 74% 이상으로 상당히 높은 편이다. 다만, 채식주의자 4명 중 1명(26%)은 채식을 하지 않을 것이라고 선언해, 향후 이탈 정도를 주목할 필요가 있어 보인다. 비채식주의자의 79%는 채식 의향이 없지만, 그 중에서도 5명 중 1명(21%)은 채식을 할 것이라고 답했다.

세대가 올라갈수록 채식 의향이 높게 나타난다. 18~29세는 18%만이 채식 의향이 있다고 응답한 반면, 60세 이상에서는 채식 의향이 40% 내외로 높게 나타난다(60대 41%, 70세 이상 47%). 현재 연령대가 높을수록 채식 실천율과 향후 의향 모두 높은 편이며, 앞으로 채식 인구의 중심은 50세 이상 세대가 될 가능성이 크다. 다만, 작년과 비교하면 전 세대에서 채식 의향이 소폭 감소했다. 특히 50대는 12%포인트, 60대는 9%포인트 하락했다. 채식의 주요 세대로 보이는 중장년층에서조차 의향이 줄어든 점은 향후 채식 확산에 제동이 걸릴 수 있음을 보여주는 대목이다.

현재 채식을 하고 있는 사람 중 대다수가 채식을 유지하겠다고 밝혔지만, 현재 채식주의자의 비율은 전체 성인남녀 중 17% 정도이다. 채식 시장의 안정화를 위해서는 채식 유지율을 보존 혹은 그 이상으로 확대해야 하고, 비채식주의자를 적극적으로 유입시킬 필요가 있다.

(단위: %)

향후 채식주의를 실천할 의향은 전체의 31%, 1년 전보다 6%포인트 감소



질문: 향후 채식주의를 실천 또는 지속할 의향이 있으십니까?

비고: 의향 있다(매우 크다+어느 정도 있다), 의향 없다(전혀 없다+별로 없다) 응답 제시함.

응답자 수: 각 조사별 1,000명

조사기간: 2022. 5. 6. ~ 5. 9. // 2023. 5. 12. ~ 15. // 2024. 6. 14. ~ 17. // 2025. 6. 13. ~ 16.

한국리서치 정기조사 여론 속의 여론(hrcopinion.co.kr)

**60세 이상은 채식 실천율과 채식 의향이 가장 높은 세대
다만, 채식 의향이 작년 대비 소폭 감소**

(단위: %)

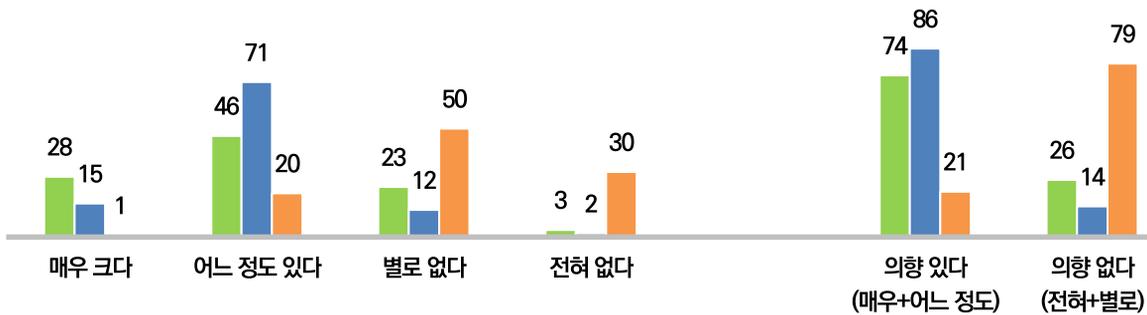
| 향후 채식주의 실천 혹은 지속 의향 있음 | 2023년 | 2024년 | 2025년 | '2025년-'2024년(%p) |
|------------------------|-------|-------|-------|-------------------|
| 전체 | 37 | 37 | 31 | -6 |
| 성별 | | | | |
| 남자 | 31 | 32 | 28 | -4 |
| 여자 | 43 | 42 | 34 | -8 |
| 연령 | | | | |
| 18-29세 | 25 | 25 | 18 | -7 |
| 30대 | 25 | 24 | 24 | - |
| 40대 | 34 | 28 | 23 | -5 |
| 50대 | 40 | 46 | 34 | -12 |
| 60세 이상 | 49 | - | - | - |
| 60대 | - | 50 | 41 | -9 |
| 70세 이상 | - | 47 | 47 | - |

채식인(채식주의자+지향자) 중 대부분은 향후 채식 지속할 것, 채식주의자 10명 중 3명은 지속 의향 '매우 커' 채식을 하지 않는 사람 5명 중 1명, 향후 채식할 것

(단위: %)

■ 채식주의자(42명) ■ 채식지향자(125명) ■ 채식주의, 지향 모두 아님(832명)

향후 채식주의 실천 혹은 지속할 의향이...



질문: 향후 채식주의를 실천 또는 지속할 의향이 있으십니까?

비고: 의향 있다(매우 크다+어느 정도 있다), 의향 없다(전혀 없다+별로 없다) 응답 제한함.
2023년까지는 60세 이상, 2024년부터 60대와 70세 이상을 구분해서 조사함.

응답자 수: (상단 표) 향후 채식 의향 있는 응답자, (하단 그래프) 채식 여부에 따른 채식 의향 1,000명

조사기간: 2023. 5. 12. ~ 15. // 2024. 6. 14. ~ 17. // 2025. 6. 13. ~ 16.

한국리서치 정기조사 여론 속의 여론(hrcopinion.co.kr)

4 채식에 대한 인식

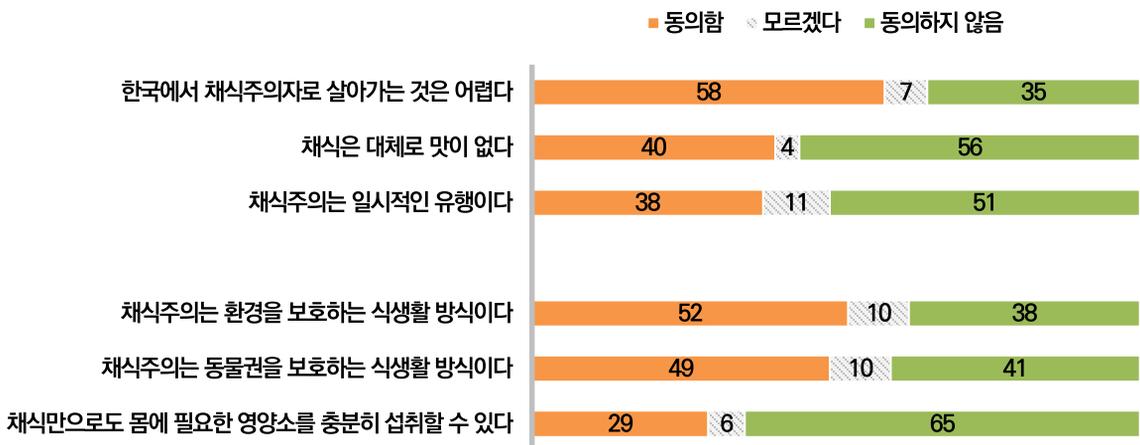
채식은 맛있지 않지만... 채식만으로는 충분한 영양분 섭취 어려움
2명 중 1명은 채식 '환경' 혹은 '동물권'을 보호하는 식생활, 작년 대비 소폭 증가
채식은 일시적인 유행 아냐, 다만 채식주의자로 살기는 힘들어

채식에 관한 6가지 진술을 제시하고 이에 대한 인식을 확인했다. 채식의 맛에 대해서는 56%가 '맛이 없지는 않다'고 답했다. 맛에 부정적이지는 않지만, 영양학적으로는 '채식만으로 몸에 필요한 영양소를 충분히 섭취하는 데 한계가 있다'는 인식이다(65%). 채식의 사회적 의미에 대해서도 다수가 공감한다. '환경(52%)'과 '동물권(49%)'을 보호하는 식생활이라는 인식이 절반에 달한다. 51%의 사람들은 '채식이 일시적인 유행으로 끝나지 않을 것'이라고 생각한다. 다만 여전히 58%의 대다수가 '한국에서 채식주의자로 살아가는 것이 어렵다'고 답했다.

채식에 관한 인식의 흐름을 살펴보면 다음과 같다. 작년까지만 해도 채식주의가 환경 혹은 동물권을 보호하는 식생활 방식이라는 진술에 의견이 분분했다. 이번 조사에서는 채식의 사회적 가치에 공감하는 응답이 공감하지 않는 응답을 넘어섰고 절반에 달했다. 특히 '채식주의는 환경을 보호하는 식생활 방식이다'라는 인식은 한동안 감소세(64%→52%→47%)를 보이다가 이번 조사에서 52%로 반등해, 절반 이상이 이에 동의한다. 2023년 이후로 '채식은 맛이 없다'는 데 동의하지 않는 비율이 5~60%대 수준을 유지한다(57%→61%→56%). 맛에 부정적이지는 않으나, 영양학적으로 우려하는 응답은 매년 절반 이상을 유지한다(50%→63%→67%→65%). 매년 한국에서 채식주의자로서 살아가기 힘들고, 채식주의는 일시적인 유행이 아니라는 인식이 이어진다. 2023년 이후로 채식주의가 일시적인 유행이 아니라는 인식이 점진적으로 감소하고 있으나(59%→55%→51%), 여전히 다수는 단기적인 유행으로 끝나지 않을 것이라는 데 동의한다.

채식이 맛 없는 건 아니지만... 채식만으로는 충분한 영양분 섭취 어렵다는 인식
 채식은 일시적인 유행은 아니지만, 한국에서 채식주의자로 살아가는 것 어려워

(단위: %)



질문: 채식 또는 채식주의에 관한 다음 각 문장에 대한 의견을 표시해주세요.

비고: '동의함'은 '매우 동의함+동의함' 응답의 합, '동의하지 않음'은 '전혀 동의하지 않음+동의하지 않음' 응답의 합

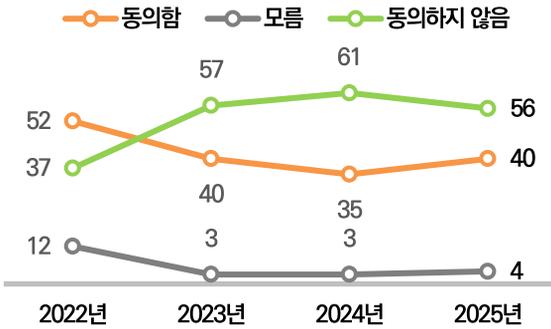
응답자 수: 1,000명

조사기간: 2025. 6. 13. ~ 16.

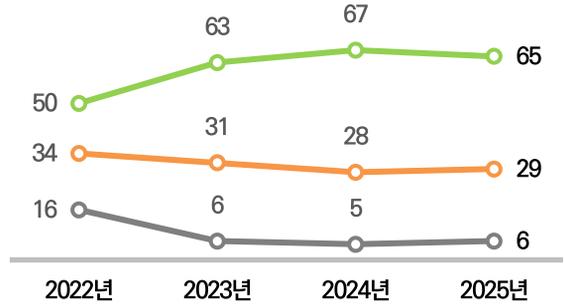
채식에 대한 4개년 인식 비교(2022년 ~ 2025년)

(단위 : %)

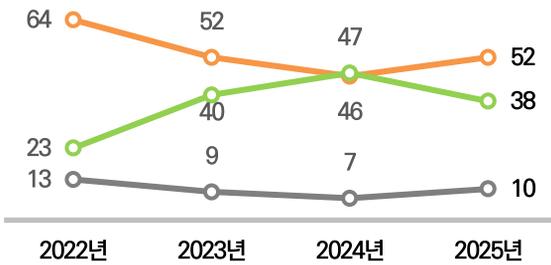
채식은 대체로 맛이 없다



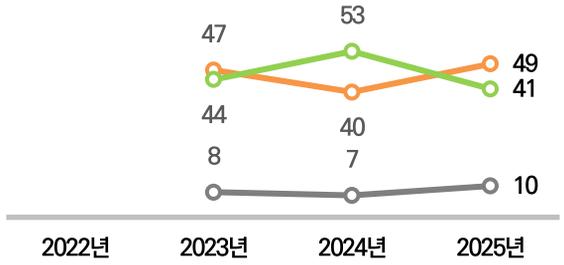
채식만으로도 몸에 필요한 영양소를 충분히 섭취할 수 있다



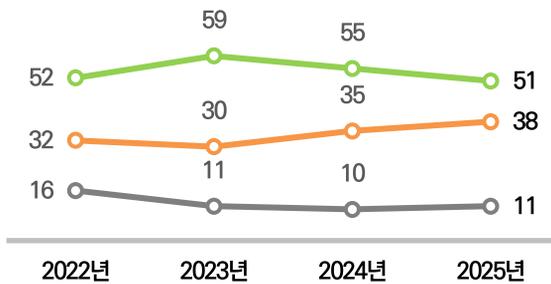
채식주의는 환경을 보호하는 식생활 방식이다



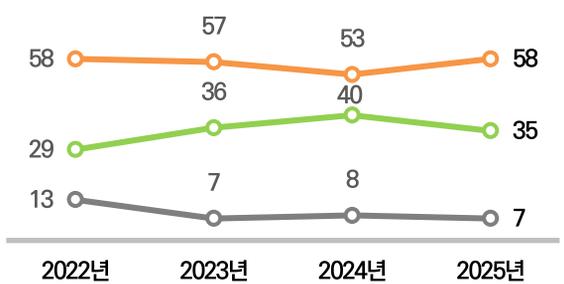
채식주의는 동물권을 보호하는 식생활 방식이다



채식주의는 일시적인 유행이다



한국에서 채식주의자로 살아가는 것은 어렵다



질문: 채식 또는 채식주의에 관한 다음 각 문장에 대한 의견을 표시해주세요.

비고: 그래프 상단에는 23년 이후 질문을 표기

(22년) '채식은 비채식보다 맛이 없다' → (23년 이후) '채식은 대체로 맛이 없다',

(22년) '채식주의는 영양학적으로 문제가 없다' → (23년 이후) '채식만으로도 몸에 필요한 영양소를 충분히 섭취할 수 있다',

(22년) '채식주의는 환경에 도움을 줄 수 있다' → (23년 이후) '채식주의는 환경을 보호하는 식생활 방식이다'

응답자 수: 각 조사별 1,000명

조사기간: 2022. 5. 6. ~ 5. 9. // 2023. 5. 12. ~ 15. // 2024. 6. 14. ~ 17. // 2025. 6. 13. ~ 16.

18-29세, 채식은 맛이 없고 채식주의자의 삶 어렵다는 데 가장 많이 공감하고 있어 채식인 스스로도 영양학적인 한계 인정, 채식주의자의 삶이 힘들다는 데 공감

성별과 연령, 채식 여부에 따라 채식 및 채식주의에 대한 인식은 확연한 차이를 보인다. 여성은 남성에 비해 채식을 ‘맛이 없지 않고’, ‘환경과 동물권을 보호하는 식생활 방식’으로 인식하며 ‘일시적인 유행에 그치지 않을 것’이라고 보는 비율이 높다. 반면에 ‘채식이 영양학적으로 충분하지 않다’는 점이나, ‘한국 사회에서 채식주의자로 살아가는 것이 어렵다’는 데에는 남녀 모두 공감하고 있다.

한편, 60세 이상은 다른 연령대에 비해 채식 참여율과 향후 실천 의향이 높아, 상대적으로 채식에 친화적인 세대로 볼 수 있다. ‘채식은 일시적인 유행이 아니라 지속될 것이다’라는 응답도 60대 53%, 70세 이상 64%로 높게 나타났으며, 특히 70세 이상 응답자의 57%는 ‘한국에서 채식주의자로 살아가는 것이 어렵다’는 주장에 동의하지 않아, 유일하게 긍정 인식이 더 높은 세대이다. 또한 ‘채식주의는 환경을 보호하는 식생활’이라는 항목에 대해 50대 이상 응답자의 과반이 동의해, 연령이 높을수록 채식은 단순한 식습관이 아닌 윤리적 실천으로 바라보는 경향이 강하다고 볼 수 있다. 앞서 채식을 실천하는 주된 이유로는 전 연령층에서 ‘건강’을 가장 많이 꼽았고, 특히 59세 이하에서는 ‘환경 보호’를 채식의 이유로 선택한 비율이 60세 이상보다 높게 나타났다. 그러나 ‘채식주의는 환경을 보호하는 식생활 방식이다’라는 인식에는 오히려 50세 이상에서 절반 이상이 동의하며, 40대 이하에서는 절반에 미치지 못했다. 이러한 결과는 실천 동기와 가치 인식 사이의 세대 간 차이를 보여준다. 즉, 환경 보호를 채식 실천의 직접적인 동기로 삼는 비율은 젊은층에서 높지만, 채식의 윤리적·환경적 의미에 대한 공감은 중장년층에서 더 두드러지는 양상이다.

채식인(채식주의자+채식지향자)과 비채식주의자의 생각은 어떨까. 채식의 ‘맛’에 관해서는 채식주의(68%)와 비채식인(54%) 모두 ‘맛이 없지 않다’고 답했다. 채식주의자들이 맛을 더 긍정적으로 평가하지만 모두 채식 맛에 호의적이다. ‘영양소 섭취’에 관해서 비채식인들은 ‘채식만으로 영양소를 충분히 섭취하기 어렵다(69%)’는 인식이고, 채식주의도 이에 관해서는 의견이 엇갈린다(영양소 충분히 섭취 가능 51%, 섭취 불가 45%). ‘채식이 환경을 보호하는 식생활’인지에 대해서 채식주의는 72% 동의하고, 비채식인은 의견이 엇갈린다(동의 48%, 비동의 41%). ‘동물권 보호’에 관해서도 채식주의는 61%가 동의하고, 비채식인은 의견이 엇갈린다(동의 47%, 비동의 42%). ‘국내에서 채식주의자로서의 삶’에 대해서 비채식인은 60%가 힘들다는 인식이고 채식주의는 의견이 엇갈린다(동의 46%, 비동의 51%). ‘일시적인 유행’인지에 대해서는 채식주의(60%)와 비채식(50%)인 모두 ‘그렇지 않다’는 응답이 과반이다.

채식인과 비채식인 모두 ‘채식은 맛이 없다’는 인식에는 동의하지 않아, 채식에 대한 전반적인 맛 인식은 긍정적인 편이다. 그러나 ‘채식만으로 충분한 영양소를 섭취할 수 있는가’에 대해서는 채식주의 사이에서도 의견이 갈린다. ‘채식은 짧은 유행이 아니라, 하나의 문화가 될 것’으로 예상하나, 여전히 우리나라에서 채식주의자로 살기에는 어렵다는 인식이 채식주의에서 높게 나타난다. 채식주의가 환경이나 동물권을 보호하는 식생활 방식이라는 데에는 채식주의가 공감하는 비율이 6~70%가량으로 높은 수준이다.

이번 조사에서는 채식이 윤리적인 식생활 문화로 인식되어가고 있음을 보여준다. 하지만 채식의 수요를 늘리기 위해서는 영양학적인 보완과 사회환경적인 뒷받침이 필요한 시점으로 보인다.

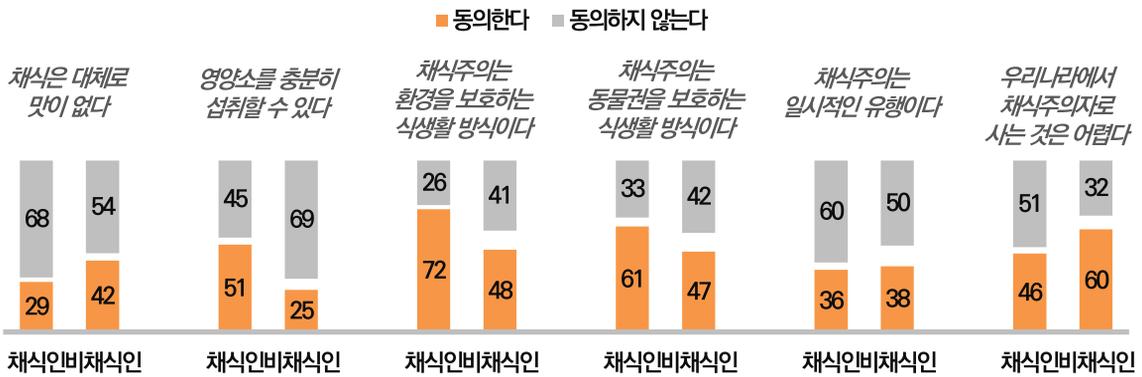
18-29세, 채식은 맛이 없고 채식주의자의 삶 어렵다는 데 가장 많이 공감하고 있어
70세 이상, 채식주의자로 살기 어렵지 않아, 일시적인 유행 아냐...채식 수용성 높아

(단위 : %)

| | 사례수 (명) | 채식은 대체로 맛이 없다 | | 채식만으로도 몸에 필요한 영양소를 충분히 섭취할 수 있다 | | 채식주의는 환경을 보호하는 식생활 방식이다 | | 채식주의는 동물권을 보호하는 식생활 방식이다 | | 채식주의는 일시적인 유행이다 | | 한국에서 채식주의자로 살아가는 것은 어렵다 | |
|--------|------------|------------------|-----------|---|-----------|-------------------------------|-----------|-----------------------------------|-----------|-----------------------|-----------|----------------------------------|-----------|
| | | 동의 40 | 비동의 56 | 동의 29 | 비동의 65 | 동의 52 | 비동의 38 | 동의 49 | 비동의 41 | 동의 38 | 비동의 51 | 동의 58 | 비동의 35 |
| 전체 | (1,000) | | | | | | | | | | | | |
| 성별 | | | | | | | | | | | | | |
| 남자 | (495) | 48 | 47 | 34 | 60 | 45 | 45 | 40 | 51 | 45 | 45 | 58 | 35 |
| 여자 | (505) | 31 | 66 | 24 | 69 | 58 | 32 | 59 | 31 | 31 | 58 | 57 | 36 |
| 연령 | | | | | | | | | | | | | |
| 18-29세 | (153) | 55 | 41 | 21 | 68 | 49 | 35 | 49 | 35 | 40 | 45 | 69 | 17 |
| 30대 | (150) | 45 | 49 | 23 | 70 | 47 | 42 | 55 | 32 | 31 | 55 | 65 | 28 |
| 40대 | (173) | 42 | 54 | 32 | 61 | 48 | 42 | 51 | 40 | 46 | 43 | 63 | 30 |
| 50대 | (195) | 32 | 64 | 27 | 68 | 55 | 35 | 52 | 41 | 39 | 49 | 57 | 36 |
| 60대 | (178) | 32 | 64 | 33 | 63 | 59 | 35 | 45 | 47 | 40 | 53 | 52 | 42 |
| 70세 이상 | (151) | 34 | 64 | 37 | 59 | 52 | 43 | 45 | 48 | 31 | 64 | 39 | 57 |

채식 여부와 관계없이 모두 채식은 '맛 없지 않다'
채식인 스스로도 영양학적인 한계 인정, 채식주의자의 삶이 힘들다는 데 공감

(단위 : %)



질문: 채식 또는 채식주의에 관한 다음 각 문장에 대한 의견을 표시해주세요.

비고: 동의한다(매우 동의한다+동의한다), 동의하지 않는다(전혀 동의하지 않는다+동의하지 않는다) 응답 제시

응답자 수: 1,000명

조사기간: 2025. 6. 13. ~ 16.

조사개요

| 구분 | 내용 |
|----------|---|
| 모집단 | • 전국의 만 18세 이상 성인남녀 |
| 표집틀 | • 한국리서치 마스터샘플(25년 5월 기준 전국 97만여 명) |
| 표집방법 | • 지역별, 성별, 연령별 비례할당추출 |
| 표본크기 | • 1,000명 |
| 표본오차 | • 무작위추출을 전제할 경우, 95% 신뢰수준에서 최대허용 표집오차는 $\pm 3.1\%p$ |
| 조사방법 | • 웹조사(휴대전화 문자와 이메일을 통해 url 발송) |
| 가중치 부여방식 | • 지역별, 성별, 연령별 가중치 부여(셀가중) (2025년 3월 행정안전부 발표 주민등록 인구 기준) |
| 응답율 | • 조사요청 26,610명, 조사참여 2,073명, 조사완료 1,000명 (요청대비 3.8%, 참여대비 48.2%) |
| 조사일시 | • 2025년 6월 13일 ~ 6월 16일 |
| 조사기관 | • (주)한국리서치(대표이사 노익상) |

한국리서치 주간리포트

여론속의

여輿論論

Hankook  Research

