

2025 한국리서치 21차 정기조사(11월 1주)

체중 조절, 관심과 현실 사이  
-체중 조절 인식과 실태조사  
[결과표]

2025. 11.

# 조사 개요

구 분	내 용
모 집 단	· 전국의 만 18세 이상 남녀
표집틀	· 한국리서치 마스터샘플(2025년 10월 기준 전국 97만여 명)
표집방법	· 지역별, 성별, 연령별 기준 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 9월 행정안전부 발표 주민등록 인구 기준)
응답(협조)율	· 조사요청 23,697명, 조사참여 1,624명, 조사완료 1,000명 (요청대비 4.2%, 참여대비 61.6%)
조사일시	· 2025년 11월 7일 ~ 11월 10일
조사기관	(주)한국리서치(대표이사 노익상)

응답자 분포표(1)

		조사완료		가중값 적용 기준		가중 값 배율
		사례수(명) (A)	비율(%)	사례수(명) (B)	비율(%)	(B/A)
<b>전체</b>		<b>1,000</b>	<b>100</b>	<b>1,000</b>	<b>100</b>	<b>1.0</b>
성별						
	남자	499	50	495	50	<b>1.0</b>
	여자	501	50	505	50	<b>1.0</b>
연령						
	18-29세	132	13	150	15	<b>1.1</b>
	30-39세	150	15	150	15	<b>1.0</b>
	40-49세	179	18	171	17	<b>1.0</b>
	50-59세	206	21	194	19	<b>0.9</b>
	60-69세	180	18	178	18	<b>1.0</b>
	70세 이상	153	15	157	16	<b>1.0</b>
거주지역						
	서울	197	20	186	19	<b>0.9</b>
	인천/경기	322	32	323	32	<b>1.0</b>
	대전/세종/충청	110	11	108	11	<b>1.0</b>
	광주/전라	100	10	96	10	<b>1.0</b>
	대구/경북	95	10	96	10	<b>1.0</b>
	부산/울산/경남	134	13	149	15	<b>1.1</b>
	강원/제주	42	4	42	4	<b>1.0</b>

응답자 분포표(2)

구분		조사완료 사례수 (명)			가중값 적용 기준 사례수 (명)		
		계	남자	여자	계	남자	여자
계	소계	1000	499	501	1000	495	505
	18~29세	132	60	72	150	78	72
	30~39세	150	74	76	150	78	72
	40~49세	179	94	85	171	88	83
	50~59세	206	104	102	194	98	96
	60~69세	180	88	92	178	87	91
	70세 이상	153	79	74	157	66	91
서울	소계	197	97	100	186	88	98
	18~29세	29	12	17	32	15	17
	30~39세	32	16	16	32	16	16
	40~49세	34	18	16	31	15	16
	50~59세	36	19	17	33	16	17
	60~69세	31	15	16	30	14	16
	70세 이상	35	17	18	28	12	16
인천/경기	소계	322	160	162	323	162	161
	18~29세	45	21	24	50	26	24
	30~39세	53	26	27	53	28	25
	40~49세	62	33	29	60	31	29
	50~59세	65	33	32	64	32	32
	60~69세	54	27	27	54	27	27
	70세 이상	43	20	23	42	18	24
대전/세종/충청	소계	110	54	56	108	55	53
	18~29세	14	7	7	16	9	7
	30~39세	16	8	8	15	8	7
	40~49세	19	10	9	19	10	9
	50~59세	24	12	12	21	11	10
	60~69세	21	10	11	20	10	10
	70세 이상	16	7	9	17	7	10
광주/전라	소계	100	49	51	96	48	48
	18~29세	10	4	6	13	7	6
	30~39세	13	6	7	12	6	6
	40~49세	16	8	8	15	8	7
	50~59세	21	10	11	19	10	9
	60~69세	17	8	9	18	9	9
	70세 이상	23	13	10	19	8	11
대구/경북	소계	95	47	48	96	48	48
	18~29세	11	5	6	13	7	6
	30~39세	12	6	6	13	7	6
	40~49세	17	9	8	15	8	7
	50~59세	21	10	11	19	10	9
	60~69세	18	9	9	19	9	10
	70세 이상	16	8	8	17	7	10
부산/울산/경남	소계	134	71	63	149	74	75
	18~29세	19	9	10	20	11	9
	30~39세	18	9	9	19	10	9
	40~49세	25	13	12	25	13	12
	50~59세	30	16	14	30	15	15
	60~69세	29	14	15	29	14	15
	70세 이상	13	10	3	26	11	15
강원/제주	소계	42	21	21	42	20	22
	18~29세	4	2	2	6	3	3
	30~39세	6	3	3	6	3	3
	40~49세	6	3	3	6	3	3
	50~59세	9	4	5	8	4	4
	60~69세	10	5	5	8	4	4
	70세 이상	7	4	3	8	3	5

# 목 차

## 응답자 분포표 1

[표 c01]	체중 조절 필요성 인식 여부	2
[표 c02]	최근 5년간 체중 조절 시도 경험	3
[표 c03]	체중 조절을 시도한 주된 목적 - 1+2순위	4
[표 c04]	최근 5년간 체중 감량 경험 - 시술 혹은 수술	5
[표 c05]	최근 5년간 체중 감량 경험 - 약물 복용	6
[표 c06]	최근 5년간 체중 감량 경험 - 비만치료제 주사	7
[표 c07]	가장 최근 체중 감량 시도 방법	8
[표 c08]	체중 감량 활동 효과 - 집에서 운동	9
[표 c09]	체중 감량 활동 효과 - 운동시설 이용	10
[표 c10]	체중 감량 활동 효과 - 야외 활동	11
[표 c11]	체중 감량 활동 효과 - 식사량 줄이기	12
[표 c12]	체중 감량 활동 효과 - 시술 혹은 수술	13
[표 c13]	체중 감량 활동 효과 - 약물 복용	14
[표 c14]	체중 감량 활동 효과 - 비만치료제 주사	15
[표 c15]	체중 감량 활동 비용 부담 정도 - 집에서 운동	16
[표 c16]	체중 감량 활동 비용 부담 정도 - 운동시설 이용	17
[표 c17]	체중 감량 활동 비용 부담 정도 - 야외 활동	18
[표 c18]	체중 감량 활동 비용 부담 정도 - 식사량 줄이기	19
[표 c19]	가장 최근 체중 증량 시도 방법	20
[표 c20]	체중 증량 활동 효과 - 집에서 운동	21
[표 c21]	체중 증량 활동 효과 - 운동시설 이용	22
[표 c22]	체중 증량 활동 효과 - 야외 활동	23
[표 c23]	체중 증량 활동 효과 - 식사량 늘이기	24
[표 c24]	최근 5년간 체중 조절 스트레스 경험	25
[표 c25]	최근 5년간 체중 감량 목표 달성 여부	26
[표 c26]	최근 5년간 체중 증량 목표 달성 여부	27
[표 c27]	체중 조절 난이도 인식	28
[표 c28]	체중 조절이 어려운 주된 이유 - 1+2순위	29
[표 c29]	본인 체중 만족도	30
[표 c30]	체중과 관련하여 타인으로부터 이야기 들은 경험 유무	31
[표 c31]	체중과 관련하여 타인으로부터 이야기 들었을 때 감정	32
[표 c32]	체중과 관련하여 타인으로부터 이야기를 들은 출처	33
[표 c33]	체중 조절에 대한 사회적 관심 유무	34
[표 c34]	체중 조절 인식 최대 영향 요인	35

응답자 분포표

(단위 : %)

전체		사례수 (명)	전체
■ 전체	■	(1,000)	100
성별	남자	(495)	50
	여자	(505)	51
연령	18-29세	(150)	15
	30-39세	(150)	15
	40-49세	(171)	17
	50-59세	(194)	19
	60-69세	(178)	18
	70세 이상	(157)	16
성*연령대	2030 남성	(156)	16
	2030 여성	(144)	14
	4050 남성	(186)	19
	4050 여성	(179)	18
	60대 이상 남성	(153)	15
	60대 이상 여성	(182)	18
거주지역	서울	(186)	19
	인천/경기	(323)	32
	대전/세종/충청	(108)	11
	광주/전라	(96)	10
	대구/경북	(96)	10
	부산/울산/경남	(149)	15
	강원/제주	(42)	4
학력	고졸이하	(430)	43
	대재이상	(570)	57
직업	농/임/어업	(13)	1
	자영업	(68)	7
	판매/영업/서비스	(79)	8
	생산/기능/노무	(98)	10
	사무/관리/전문	(280)	28
	주부	(163)	16
	학생	(63)	6
	기타	(58)	6
	무직/퇴직	(178)	18
직장지위	정규직	(363)	36
	임금근로자	(110)	11
	비정규직	(124)	12
	자영업자	(404)	40
월평균 가구소득	300만원미만	(336)	34
	300만원 이상-600만원 미만	(408)	41
	600만원 이상	(256)	26
주관적 계층인식	중상층	(396)	40
	하층	(578)	58
	모르겠다	(26)	3
주관적 이념성향	진보층	(250)	25
	중도층	(369)	37
	보수층	(356)	36
	모름	(25)	3
본인 체증 만족도	불만족	(608)	61
	만족	(392)	39
우리 사회 체증 조절 관심도	관심 없음	(111)	11
	관심 있음	(889)	89

[표 c01] 체중 조절 필요성 인식 여부

[C02] 귀하는 최근 5년간(2021년~현재까지) 체중 조절(감량 또는 증량)의 필요성을 느낀 적이 있습니까?

단위: %

전체		사려수 (명)	있다	없다	계
■ 전체 ■		(1,000)	75	25	100
성별	남자	(495)	73	27	100
	여자	(505)	78	22	100
연령	18-29세	(150)	86	14	100
	30-39세	(150)	81	19	100
	40-49세	(171)	80	20	100
	50-59세	(194)	75	25	100
	60-69세	(178)	69	31	100
	70세 이상	(157)	62	38	100
성*연령대	2030 남성	(156)	81	19	100
	2030 여성	(144)	86	14	100
	4050 남성	(186)	72	28	100
	4050 여성	(179)	82	18	100
	60대 이상 남성	(153)	64	36	100
	60대 이상 여성	(182)	68	32	100
거주지역	서울	(186)	76	24	100
	인천/경기	(323)	79	21	100
	대전/세종/충청	(108)	69	31	100
	광주/전라	(96)	77	23	100
	대구/경북	(96)	78	22	100
	부산/울산/경남	(149)	67	33	100
	강원/제주	(42)	83	17	100
학력	고졸 이하	(430)	75	25	100
	대재 이상	(570)	76	24	100
직업	농/임/어업	(13)	54	46	100
	자영업	(68)	71	29	100
	판매/영업/서비스	(79)	80	20	100
	생산/기능/노무	(98)	74	26	100
	사무/관리/전문	(280)	81	19	100
	주부	(163)	74	26	100
	학생	(63)	82	18	100
	기타	(58)	72	28	100
	무직/퇴직	(178)	68	32	100
직장지위	정규직 임금 근로자	(363)	80	20	100
	비정규직 임금 근로자	(110)	77	23	100
	자영업자	(124)	70	30	100
	비경제활동	(404)	73	27	100
월평균 가구소득	300만원 미만	(336)	70	30	100
	300만원 이상-600만원 미만	(408)	76	24	100
	600만원 이상	(256)	80	20	100
주관적 계층인식	중상층	(396)	76	24	100
	하층	(578)	75	25	100
	모르겠다	(26)	66	34	100
주관적 이념성향	진보층	(250)	76	24	100
	중도층	(369)	75	25	100
	보수층	(356)	75	25	100
	모름	(25)	77	23	100
본인 체중 만족도	불만족	(608)	89	11	100
	만족	(392)	54	46	100
우리 사회 체중 조절 관심도	관심 없음	(111)	66	34	100
	관심 있음	(889)	77	23	100

[표 c02] 최근 5년간 체중 조절 시도 경험

[C04] 귀하는 최근 5년간(2021년~현재까지) 체중 조절을 시도한 경험이 있습니까? 해당하는 것을 모두 선택해 주세요

단위: %

전체	사례수 (명)	감량을 시도한 경험이 있다	증량을 시도한 경험이 있다	감량 또는 증량을 시도한 적 없다
■ 전체 ■	(1,000)	64	13	26
성별				
남자	(495)	60	14	28
여자	(505)	67	11	23
연령				
18-29세	(150)	76	9	18
30-39세	(150)	72	17	15
40-49세	(171)	70	11	21
50-59세	(194)	66	9	26
60-69세	(178)	54	15	31
70세 이상	(157)	44	16	41
성*연령대				
2030 남성	(156)	69	16	18
2030 여성	(144)	78	10	15
4050 남성	(186)	65	10	28
4050 여성	(179)	71	10	20
60대 이상 남성	(153)	46	18	39
60대 이상 여성	(182)	53	14	33
거주지역				
서울	(186)	62	14	27
인천/경기	(323)	70	12	21
대전/세종/충청	(108)	57	11	34
광주/전라	(96)	61	13	26
대구/경북	(96)	66	14	20
부산/울산/경남	(149)	54	15	33
강원/제주	(42)	73	10	19
학력				
고졸 이하	(430)	58	14	29
대졸 이상	(570)	68	12	23
직업				
농/임/어업	(13)	32	38	30
자영업	(68)	61	10	32
판매/영업/서비스	(79)	75	10	20
생산/기능/노무	(98)	62	17	22
사무/관리/전문	(280)	71	14	18
주부	(163)	57	13	30
학생	(63)	74	10	18
기타	(58)	62	9	31
무직/퇴직	(178)	54	11	36
직장지위				
정규직	(363)	69	15	19
비정규직	(110)	71	12	21
임금근로자	(124)	57	12	33
자영업자	(404)	58	12	31
비경제활동				
월평균 가구소득				
300만원 미만	(336)	55	13	33
300만원 이상-600만원 미만	(408)	67	13	23
600만원 이상	(256)	69	12	21
주관적 계층인식				
중상층	(396)	64	14	25
하층	(578)	64	12	25
모르겠다	(26)	44	12	48
주관적 이념성향				
진보층	(250)	67	10	24
중도층	(369)	64	11	27
보수층	(356)	61	17	24
모름	(25)	66	3	31
본인 체중 만족도				
불만족	(608)	75	11	15
만족	(392)	46	16	42
우리 사회 체중 조절 관심도				
관심없음	(111)	43	25	32
관심있음	(889)	66	11	25



[표 c03] 체중 조절을 시도한 주된 목적 - 1+2순위

[C06] 귀하가 최근 5년간(2021년~현재까지) 체중 조절(감량 또는 증량)을 시도한 주된 목적이 무엇입니까?

단위: %

체중 조절 시도	사례수 (명)	건강을 개선하기 위해(질병만성 질환 개선 수술치료 준비, 체력 증진)	자기 만족 및 자신감 향상을 위해	외모나 체형을 개선하기 위해	다른 사람 및 사회적 시선이나 미적 기준에 영향을 받아서	자격시험 채용 기준이나 체력 검정 등 외부 요구 충족을 위해	특정 일정이나 행사를 준비하기 위해(결혼, 철영, 여행 등)	기타
▣ 전체 ▣	(743)	70	54	45	9	5	5	0
성별								
남자	(355)	72	50	43	10	6	6	0
여자	(389)	69	58	47	8	4	4	1
연령								
18-29세	(122)	40	49	73	12	5	7	1
30-39세	(127)	55	50	49	16	10	10	0
40-49세	(135)	66	48	51	8	6	6	0
50-59세	(144)	85	55	38	7	3	2	0
60-69세	(122)	90	62	29	4	2	3	0
70세 이상	(92)	89	64	22	6	4	0	2
성*연령대								
2030 남성	(127)	54	45	59	14	9	8	1
2030 여성	(123)	42	54	63	15	5	9	0
4050 남성	(135)	80	43	38	10	5	7	0
4050 여성	(144)	72	59	50	5	4	2	0
60대 이상 남성	(93)	85	65	27	5	5	3	0
60대 이상 여성	(122)	93	61	26	5	2	0	2
거주지역								
서울	(136)	68	56	45	12	3	4	1
인천/경기	(256)	66	51	51	7	6	5	0
대전/세종/충청	(71)	78	56	39	10	3	8	0
광주/전라	(71)	76	48	43	11	4	7	0
대구/경북	(76)	69	55	47	8	6	3	2
부산/울산/경남	(100)	73	55	34	13	8	5	0
강원/제주	(34)	75	71	39	0	2	2	0
학력								
고졸이하	(304)	75	56	41	9	5	4	1
대졸이상	(440)	67	53	47	10	5	5	0
직업								
농/임/어업	(9)	77	42	0	12	19	12	0
자영업	(46)	79	59	33	2	4	11	0
판매/영업/서비스	(63)	60	63	56	10	3	3	0
생산/기능/노무	(77)	77	53	35	6	7	6	0
사무/관리/전문	(229)	64	50	51	13	6	6	0
주부	(114)	88	60	30	7	5	1	1
학생	(51)	40	46	81	10	2	7	0
기타	(40)	61	63	51	11	0	7	0
무직/퇴직	(114)	78	52	36	8	5	4	2
직장지위								
정규직	(295)	66	50	48	13	5	5	0
임금근로자	(87)	66	65	50	8	2	2	0
비정규직	(83)	73	55	35	1	7	12	0
자영업자	(279)	75	54	42	8	5	3	1
비경제활동								
월평균 가구소득								
300만원 미만	(226)	69	53	44	8	7	5	1
300만원 이상-600만원 미만	(314)	72	53	43	12	5	4	0
600만원 이상	(203)	69	56	48	6	3	7	0
주관적 계층인식								
중상층	(299)	68	56	46	8	4	6	0
하층	(431)	72	52	44	10	6	4	1
모르겠다	(13)	64	58	57	7	0	7	0
주관적 이념성향								
진보층	(189)	74	58	42	11	2	5	0
중도층	(268)	67	56	44	10	5	2	0
보수층	(269)	71	49	46	7	7	8	1
모름	(18)	72	50	57	11	5	0	0
본인 체중 만족도								
불만족	(517)	71	53	47	9	5	4	0
만족	(226)	69	55	39	10	6	7	1
최근 5년간 체중 조절 경험								
감량 경험	(614)	72	55	47	8	4	4	0
증량 경험	(108)	67	54	33	11	9	10	1
감량, 증량 모두 경험	(21)	50	38	43	31	15	14	0

[표 c04] 최근 5년간 체중 감량 경험 - 시술 혹은 수술

[C09] 귀하는 최근 5년간(2021년~현재까지) 다음과 같은 방법을 통해 체중을 감량하신 적이 있습니까?

단위: %

감량 경험		사례수 (명)	경험 없음	경험 있음	계
■ 전체 ■		(635)	88	12	100
성별	남자	(298)	87	13	100
	여자	(337)	88	12	100
연령	18-29세	(114)	88	12	100
	30-39세	(107)	84	16	100
	40-49세	(119)	89	11	100
	50-59세	(128)	88	12	100
	60-69세	(97)	87	13	100
	70세 이상	(70)	92	8	100
성*연령대	2030 남성	(108)	85	15	100
	2030 여성	(113)	87	13	100
	4050 남성	(120)	88	12	100
	4050 여성	(128)	89	11	100
	60대 이상 남성	(70)	89	11	100
	60대 이상 여성	(97)	90	10	100
거주지역	서울	(115)	85	15	100
	인천/경기	(225)	87	13	100
	대전/세종/충청	(62)	87	13	100
	광주/전라	(59)	96	4	100
	대구/경북	(63)	87	13	100
	부산/울산/경남	(80)	89	11	100
	강원/제주	(31)	94	6	100
	고졸 이하	(249)	87	13	100
학력	대재 이상	(386)	88	12	100
직업	농/임/어업	(4)	100	0	100
	자영업	(42)	87	13	100
	판매/영업/서비스	(59)	78	22	100
	생산/기능/노동	(61)	87	13	100
	사무/관리/전문	(198)	88	12	100
	주부	(92)	90	10	100
	학생	(47)	89	11	100
	기타	(36)	89	11	100
	무직/퇴직	(97)	90	10	100
직장지위	정규직 임금 근로자	(251)	86	14	100
	비정규직 임금 근로자	(78)	87	13	100
	자영업자	(70)	87	13	100
	비경제활동	(236)	90	10	100
월평균 가구소득	300만원 미만	(186)	87	13	100
	300만원 이상-600만원 미만	(271)	88	12	100
	600만원 이상	(178)	89	11	100
주관적 계층인식	중상층	(255)	86	14	100
	하층	(369)	89	11	100
	모르겠다	(11)	91	9	100
주관적 이념성향	진보층	(167)	92	8	100
	중도층	(235)	88	12	100
	보수층	(216)	85	15	100
	모름	(17)	83	17	100
본인 체중 만족도	불만족	(457)	88	12	100
	만족	(178)	89	11	100
우리 사회 체중 조절 관심도	관심 없음	(48)	81	19	100
	관심 있음	(587)	88	12	100

[표 c05] 최근 5년간 체중 감량 경험 - 약물 복용

[C09] 귀하는 최근 5년간(2021년~현재까지) 다음과 같은 방법을 통해 체중을 감량하신 적이 있습니까?

단위: %

감량 경험		사례수 (명)	경험 없음	경험 있음	계
■ 전체 ■		(635)	74	26	100
성별	남자	(298)	79	21	100
	여자	(337)	69	31	100
연령	18-29세	(114)	79	21	100
	30-39세	(107)	63	37	100
	40-49세	(119)	71	29	100
	50-59세	(128)	71	29	100
	60-69세	(97)	78	22	100
	70세 이상	(70)	83	17	100
성*연령대	2030 남성	(108)	73	27	100
	2030 여성	(113)	70	30	100
	4050 남성	(120)	81	19	100
	4050 여성	(128)	62	38	100
	60대 이상 남성	(70)	86	14	100
	60대 이상 여성	(97)	76	24	100
거주지역	서울	(115)	76	24	100
	인천/경기	(225)	73	27	100
	대전/세종/충청	(62)	74	26	100
	광주/전라	(59)	72	28	100
	대구/경북	(63)	73	27	100
	부산/울산/경남	(80)	75	25	100
	강원/제주	(31)	71	29	100
학력	고졸 이하	(249)	72	28	100
	대재 이상	(386)	74	26	100
직업	농/임/어업	(4)	100	0	100
	자영업	(42)	76	24	100
	판매/영업/서비스	(59)	63	37	100
	생산/기능/노동	(61)	82	18	100
	사무/관리/전문	(198)	73	27	100
	주부	(92)	74	26	100
	학생	(47)	84	16	100
	기타	(36)	65	35	100
	무직/퇴직	(97)	71	29	100
직장지위	정규직 임금근로자	(251)	73	27	100
	비정규직 임금근로자	(78)	68	32	100
	자영업자	(70)	80	20	100
	비경제활동	(236)	75	25	100
월평균 가구소득	300만원 미만	(186)	73	27	100
	300만원 이상-600만원 미만	(271)	73	27	100
	600만원 이상	(178)	75	25	100
주관적 계층인식	중상층	(255)	74	26	100
	하층	(369)	74	26	100
	모르겠다	(11)	75	25	100
주관적 이념성향	진보층	(167)	75	25	100
	중도층	(235)	75	25	100
	보수층	(216)	73	27	100
	모름	(17)	54	46	100
본인 체중 만족도	불만족	(457)	70	30	100
	만족	(178)	83	17	100
우리 사회 체중 조절 관심도	관심 없음	(48)	64	36	100
	관심 있음	(587)	74	26	100

[표 c06] 최근 5년간 체중 감량 경험 - 비만치료제 주사

[C09] 귀하는 최근 5년간(2021년~현재까지) 다음과 같은 방법을 통해 체중을 감량하신 적이 있습니까?

단위: %

감량 경험		사례수 (명)	경험 없음	경험 있음	계
■ 전체 ■		(635)	84	16	100
성별	남자	(298)	83	17	100
	여자	(337)	85	15	100
연령	18-29세	(114)	86	14	100
	30-39세	(107)	82	18	100
	40-49세	(119)	84	16	100
	50-59세	(128)	81	19	100
	60-69세	(97)	85	15	100
	70세 이상	(70)	88	12	100
성*연령대	2030 남성	(108)	82	18	100
	2030 여성	(113)	86	14	100
	4050 남성	(120)	82	18	100
	4050 여성	(128)	82	18	100
	60대 이상 남성	(70)	85	15	100
	60대 이상 여성	(97)	87	13	100
거주지역	서울	(115)	84	16	100
	인천/경기	(225)	84	16	100
	대전/세종/충청	(62)	85	15	100
	광주/전라	(59)	85	15	100
	대구/경북	(63)	84	16	100
	부산/울산/경남	(80)	78	22	100
	강원/제주	(31)	92	8	100
	고졸 이하	(249)	82	18	100
학력	대졸 이상	(386)	85	15	100
직업	농/임/어업	(4)	100	0	100
	자영업	(42)	80	20	100
	판매/영업/서비스	(59)	77	23	100
	생산/기능/노동	(61)	88	12	100
	사무/관리/전문	(198)	84	16	100
	주부	(92)	84	16	100
	학생	(47)	87	13	100
	기타	(36)	84	16	100
	무직/퇴직	(97)	85	15	100
직장지위	정규직 임금근로자	(251)	85	15	100
	비정규직 임금근로자	(78)	80	20	100
	자영업자	(70)	82	18	100
	비경제활동	(236)	85	15	100
월평균 가구소득	300만원 미만	(186)	83	17	100
	300만원 이상-600만원 미만	(271)	86	14	100
	600만원 이상	(178)	82	18	100
주관적 계층인식	중상층	(255)	83	17	100
	하층	(369)	84	16	100
	모르겠다	(11)	93	7	100
주관적 이념성향	진보층	(167)	85	15	100
	중도층	(235)	86	14	100
	보수층	(216)	81	19	100
	모름	(17)	89	11	100
본인 체중 만족도	불만족	(457)	83	17	100
	만족	(178)	86	14	100
우리 사회 체중 조절 관심도	관심 없음	(48)	65	35	100
	관심 있음	(587)	85	15	100

[표 c07] 가장 최근 체중 감량 시도 방법

[C09\_R] 그렇다면, 가장 최근에 체중 감량을 위해 시도한 방법은 무엇입니까? 해당하는 것을 모두 선택해 주세요.

단위: %

감량 경험	사례수 (명)	식사량 줄이기( 간헐적 단식, 칼로리 제한 등)	야외 활동(공 원 산책, 러닝, 등산 등)	집에서 운동(스 트레칭, 홈트레이 닝 등)	운동시설 이용	식단 변경(대 용식, 보조제 섭취, 다이어트 도시락 이용 등)	약물(한 약, 식욕억제 제 등) 복용	비만치료 제(삭센 다, 위고비, 마운자로 등) 주사	시술 혹은 수술	기타
☐ 전체 ☐	(635)	68	66	50	36	21	9	4	2	2
성별										
남자	(298)	61	67	49	35	16	4	4	2	1
여자	(337)	74	65	52	36	26	13	4	2	2
연령										
18-29세	(114)	68	59	58	43	29	9	6	4	1
30-39세	(107)	67	63	49	42	26	11	3	5	2
40-49세	(119)	70	69	46	34	24	12	5	2	1
50-59세	(128)	67	68	46	34	20	9	5	1	3
60-69세	(97)	64	68	55	25	9	7	2	0	1
70세 이상	(70)	71	70	50	35	19	6	2	2	3
성*연령대										
2030 남성	(108)	61	60	49	40	21	5	4	3	3
2030 여성	(113)	74	62	58	45	34	14	4	5	0
4050 남성	(120)	62	71	49	36	14	5	4	2	0
4050 여성	(128)	74	66	43	33	28	16	5	1	4
60대 이상 남성	(70)	58	70	49	28	12	1	1	0	1
60대 이상 여성	(97)	73	68	55	30	14	10	2	1	2
거주지역										
서울	(115)	71	64	54	36	25	9	4	4	2
인천/경기	(225)	69	67	49	39	20	10	5	2	3
대전/세종/충청	(62)	62	61	46	36	22	6	2	5	0
광주/전라	(59)	61	77	56	34	21	9	2	0	3
대구/경북	(63)	74	62	45	35	18	9	1	2	0
부산/울산/경남	(80)	65	66	47	34	20	10	5	0	2
강원/제주	(31)	68	65	64	22	25	9	3	3	0
학력										
고졸 이하	(249)	61	66	50	27	19	12	5	1	3
대졸 이상	(386)	72	66	51	42	23	7	3	3	1
직업										
농/임/어업	(4)	77	17	62	0	0	0	0	0	0
자영업	(42)	66	72	57	35	20	5	2	4	0
판매/영업/서비스	(59)	67	59	50	28	23	12	5	2	2
생산/기능/노무	(61)	56	73	51	26	12	8	2	2	0
사무/관리/전문	(198)	73	64	45	47	25	7	6	2	1
주부	(92)	70	74	53	36	17	8	1	2	4
학생	(47)	68	60	57	38	34	7	4	4	3
기타	(36)	56	63	41	31	19	18	2	0	6
무직/퇴직	(97)	67	66	55	26	20	13	5	2	1
직장지위										
정규직	(251)	69	64	48	42	23	9	5	2	0
비정규직	(78)	66	68	47	32	19	14	3	0	5
임금근로자	(70)	65	63	49	30	17	3	3	3	0
자영업자	(236)	68	68	55	32	22	10	3	3	3
비경제활동										
월평균 가구소득										
300만원 미만	(186)	65	64	53	28	19	10	3	1	2
300만원 이상-600만원 미만	(271)	66	69	49	34	18	9	4	2	2
600만원 이상	(178)	73	64	50	46	30	9	5	4	1
주관적 체중인식										
중상층	(255)	68	66	56	43	21	7	4	2	2
하층	(369)	67	65	47	31	21	10	4	2	1
모르겠다	(11)	66	75	43	42	42	16	0	9	0
주관적 이념성향										
진보층	(167)	67	70	53	36	22	10	6	2	2
중도층	(235)	70	70	46	40	22	10	3	2	2
보수층	(216)	66	58	53	32	19	7	3	2	2
모름	(17)	59	65	46	24	41	24	6	6	0
본인 체중 만족도										
불만족	(457)	71	66	50	33	22	12	5	2	1
만족	(178)	59	67	52	42	21	2	2	3	3
우리 사회 체중 조절 관심도										
관심 없음	(48)	58	61	47	30	6	9	7	7	2
관심 있음	(587)	69	66	51	36	23	9	4	2	2

[표 c08] 체중 감량 활동 효과 - 집에서 운동

[C10] 귀하가 최근 5년간(2021년~현재까지) 체중 감량을 위해 실시한 활동은 얼마나 효과가 있었습니까?

단위: %, 점

감량 경험	사례수 (명)	전혀 효과가 없음	거의 효과가 없음	효과가 없음 (전혀 + 거의)	어느 정도 효과가 있음	매우 효과가 있음	효과가 있음 (매우+ 어느 정도)	계
▣ 전체 ▣	(574)	3	26	29	61	10	71	100
성별								
남자	(262)	3	23	26	63	12	74	100
여자	(312)	2	29	31	60	9	69	100
연령								
18-29세	(103)	2	17	20	61	19	80	100
30-39세	(100)	3	27	30	55	15	70	100
40-49세	(109)	4	35	39	56	5	61	100
50-59세	(114)	0	29	29	63	8	71	100
60-69세	(84)	3	27	30	63	7	70	100
70세 이상	(65)	3	20	23	73	4	77	100
성*연령대								
2030 남성	(97)	4	20	23	60	17	77	100
2030 여성	(106)	2	24	26	57	18	74	100
4050 남성	(105)	3	25	27	62	11	73	100
4050 여성	(118)	2	38	40	57	3	60	100
60대 이상 남성	(60)	3	24	27	69	4	73	100
60대 이상 여성	(89)	4	24	27	67	6	73	100
거주지역								
서울	(106)	4	25	28	61	10	72	100
인천/경기	(215)	2	28	31	59	11	69	100
대전/세종/충청	(53)	9	23	32	54	14	68	100
광주/전라	(52)	0	26	26	66	8	74	100
대구/경북	(54)	2	22	24	60	16	76	100
부산/울산/경남	(68)	0	29	29	68	3	71	100
강원/제주	(27)	0	23	23	71	7	77	100
학력								
고졸 이하	(224)	3	24	28	63	10	72	100
대졸 이상	(350)	2	27	30	60	10	70	100
직업								
농/임/어업	(3)	0	49	49	51	0	51	100
자영업	(41)	2	17	19	69	12	81	100
판매/영업/서비스	(52)	0	25	25	59	16	75	100
생산/기능/노무	(57)	2	24	26	69	5	74	100
사무/관리/전문	(175)	2	33	35	56	9	65	100
주부	(83)	4	27	31	64	5	69	100
학생	(44)	0	15	15	62	23	85	100
기타	(32)	9	26	35	65	0	65	100
무직/퇴직	(86)	5	23	28	60	13	72	100
직장지위								
정규직 임금근로자	(227)	1	32	33	57	10	67	100
비정규직 임금근로자	(71)	4	29	33	62	4	67	100
자영업자	(63)	3	15	18	71	11	82	100
비경제활동	(213)	4	23	26	62	12	74	100
월평균 가구소득								
300만원 미만	(168)	2	27	29	66	6	71	100
300만원 이상-600만원 미만	(248)	3	26	29	60	11	71	100
600만원 이상	(158)	3	26	29	58	13	71	100
주관적 계층인식								
중상층	(237)	1	19	20	65	15	80	100
중하층	(328)	3	31	35	58	7	65	100
모르겠다	(9)	11	21	32	68	0	68	100
주관적 이념성향								
진보층	(154)	3	23	26	66	8	74	100
중도층	(208)	2	29	31	57	11	69	100
보수층	(196)	2	25	27	62	11	73	100
모름	(16)	0	37	37	50	13	63	100
본인 체중 만족도								
불만족	(413)	3	31	33	58	8	67	100
만족	(161)	2	15	17	68	15	83	100
우리 사회 체중 조절 관심도								
관심 없음	(38)	3	16	19	66	15	81	100
관심 있음	(536)	3	27	29	61	10	71	100



[C10] 귀하가 최근 5년간(2021년~현재까지) 체중 감량을 위해 실시한 활동은 얼마나 효과가 있었습니까?

단위: %, 점

감량 경험	사례수 (명)	전혀 효과가 없음	거의 효과가 없음	효과가 없음 (전혀 + 거의)	어느 정도 효과가 있음	매우 효과가 있음	효과가 있음 (매우+ 어느 정도)	계
▣ 전체 ▣	(476)	1	13	14	61	25	86	100
성별								
남자	(222)	1	8	9	64	26	91	100
여자	(254)	2	17	19	58	23	81	100
연령								
18-29세	(91)	1	8	9	55	36	91	100
30-39세	(88)	2	16	18	54	28	82	100
40-49세	(88)	2	17	19	65	16	81	100
50-59세	(95)	0	16	16	62	23	84	100
60-69세	(69)	3	7	10	71	20	90	100
70세 이상	(46)	0	13	13	64	23	87	100
성*연령대								
2030 남성	(90)	3	11	14	57	29	86	100
2030 여성	(89)	1	12	13	51	36	87	100
4050 남성	(88)	0	7	7	69	24	93	100
4050 여성	(95)	2	25	27	57	16	73	100
60대 이상 남성	(44)	0	4	4	70	26	96	100
60대 이상 여성	(70)	3	13	15	67	18	85	100
거주지역								
서울	(97)	3	14	18	68	14	82	100
인천/경기	(174)	2	12	14	57	29	86	100
대전/세종/충청	(42)	0	7	7	61	32	93	100
광주/전라	(40)	0	16	16	62	22	84	100
대구/경북	(52)	2	22	24	59	18	76	100
부산/울산/경남	(52)	0	6	6	63	31	94	100
강원/제주	(19)	0	12	12	58	30	88	100
학력								
고졸 이하	(169)	2	14	16	61	24	84	100
대졸 이상	(308)	1	13	14	61	25	86	100
직업								
농/임/어업	(1)	0	0	0	100	0	100	100
자영업	(31)	0	6	6	76	18	94	100
판매/영업/서비스	(39)	0	16	16	61	23	84	100
생산/기능/노무	(45)	0	14	14	55	31	86	100
사무/관리/전문	(167)	1	13	14	56	30	86	100
주부	(70)	1	19	20	61	19	80	100
학생	(32)	0	3	3	64	33	97	100
기타	(26)	4	26	30	55	15	70	100
무직/퇴직	(66)	5	7	12	70	18	88	100
직장지위								
정규직 임금근로자	(203)	1	13	14	58	28	86	100
비정규직 임금근로자	(56)	0	23	23	49	28	77	100
자영업자	(49)	2	8	10	71	18	90	100
비경제활동	(168)	3	11	14	65	21	86	100
월평균 가구소득								
300만원 미만	(121)	2	12	14	67	19	86	100
300만원 이상-600만원 미만	(210)	2	12	15	60	25	85	100
600만원 이상	(144)	0	15	15	57	29	85	100
주관적 계층인식								
중상층	(211)	1	9	10	61	29	90	100
중하층	(258)	2	16	18	61	20	82	100
모르겠다	(8)	0	11	11	52	37	89	100
주관적 이념성향								
진보층	(129)	1	12	13	62	25	87	100
중도층	(175)	2	14	16	62	22	84	100
보수층	(163)	2	12	14	58	28	86	100
모름	(10)	0	20	20	70	10	80	100
본인 체중 만족도								
불만족	(341)	2	14	16	63	20	84	100
만족	(135)	1	9	10	55	35	90	100
우리 사회 체중 조절 관심도								
관심 없음	(36)	0	15	15	71	14	85	100
관심 있음	(441)	2	13	14	60	25	86	100

[표 c10] 체중 감량 활동 효과 - 야외 활동

[C10] 귀하가 최근 5년간(2021년~현재까지) 체중 감량을 위해 실시한 활동은 얼마나 효과가 있었습니까?

단위: %, 점

감량 경험	사례수 (명)	전혀 효과가 없음	거의 효과가 없음	효과가 없음 (전혀 + 거의)	어느 정도 효과가 있음	매우 효과가 있음	효과가 있음 (매우+ 어느 정도)	계
▣ 전체 ▣	(610)	2	17	20	59	21	80	100
성별								
남자	(286)	3	15	17	58	25	83	100
여자	(323)	2	19	22	60	18	78	100
연령								
18-29세	(111)	2	16	18	60	22	82	100
30-39세	(104)	3	25	28	48	24	72	100
40-49세	(115)	1	20	21	60	19	79	100
50-59세	(122)	3	12	15	62	24	85	100
60-69세	(91)	3	15	18	62	20	82	100
70세 이상	(67)	3	13	16	67	17	84	100
성*연령대								
2030 남성	(106)	3	19	22	52	26	78	100
2030 여성	(109)	2	21	23	56	20	77	100
4050 남성	(115)	2	12	14	60	25	86	100
4050 여성	(122)	1	19	21	62	17	79	100
60대 이상 남성	(65)	2	12	13	66	21	87	100
60대 이상 여성	(93)	4	16	21	63	17	79	100
거주지역								
서울	(111)	4	19	23	61	15	77	100
인천/경기	(217)	2	19	22	57	22	78	100
대전/세종/충청	(59)	7	13	19	56	24	81	100
광주/전라	(58)	0	12	12	74	14	88	100
대구/경북	(59)	1	12	13	58	29	87	100
부산/울산/경남	(76)	1	19	20	57	23	80	100
강원/제주	(30)	0	15	15	56	29	85	100
학력								
고졸 이하	(236)	4	13	17	61	22	83	100
대졸 이상	(374)	2	20	21	58	21	79	100
직업								
농/임/어업	(3)	0	49	49	51	0	51	100
자영업	(41)	0	10	10	60	30	90	100
판매/영업/서비스	(53)	2	14	16	60	23	84	100
생산/기능/노무	(59)	1	14	15	57	28	85	100
사무/관리/전문	(191)	1	23	24	56	20	76	100
주부	(89)	4	10	14	65	21	86	100
학생	(46)	2	11	13	63	24	87	100
기타	(33)	0	23	23	63	15	77	100
무직/퇴직	(95)	8	19	26	57	16	74	100
직장지위								
정규직 임금근로자	(242)	1	22	23	54	23	77	100
비정규직 임금근로자	(72)	1	17	18	62	20	82	100
자영업자	(67)	0	10	10	69	22	90	100
비경제활동	(229)	5	14	19	62	20	81	100
월평균 가구소득								
300만원 미만	(176)	4	16	20	59	21	80	100
300만원 이상-600만원 미만	(262)	2	18	20	59	22	80	100
600만원 이상	(172)	2	16	18	61	21	82	100
주관적 계층인식								
중상층	(249)	0	14	15	64	21	85	100
중하층	(349)	4	19	23	56	21	77	100
모르겠다	(11)	8	16	24	51	25	76	100
주관적 이념성향								
진보층	(161)	2	14	16	58	26	84	100
중도층	(224)	3	17	21	60	19	79	100
보수층	(207)	2	18	20	60	20	80	100
모름	(17)	5	24	29	48	23	71	100
본인 체중 만족도								
불만족	(435)	3	20	23	60	17	77	100
만족	(174)	1	11	12	58	31	88	100
우리 사회 체중 조절 관심도								
관심 없음	(47)	5	18	22	62	16	78	100
관심 있음	(563)	2	17	19	59	22	81	100



[표 c11] 체중 감량 활동 효과 - 식사량 줄이기

[C10] 귀하가 최근 5년간(2021년~현재까지) 체중 감량을 위해 실시한 활동은 얼마나 효과가 있었습니까?

단위: %, 점

감량 경험	사례수 (명)	전혀 효과가 없음	거의 효과가 없음	효과가 없음 (전혀 + 거의)	어느 정도 효과가 있음	매우 효과가 있음	효과가 있음 (매우+ 어느 정도)	계
▣ 전체 ▣	(591)	2	12	14	59	27	86	100
성별								
남자	(272)	2	12	15	58	28	85	100
여자	(320)	2	12	13	60	27	87	100
연령								
18-29세	(108)	1	8	9	55	36	91	100
30-39세	(103)	3	12	15	51	34	85	100
40-49세	(112)	2	16	18	57	24	82	100
50-59세	(120)	1	11	11	64	25	89	100
60-69세	(88)	2	16	19	65	17	81	100
70세 이상	(60)	4	7	11	65	24	89	100
성*연령대								
2030 남성	(101)	2	9	11	56	33	89	100
2030 여성	(110)	2	11	13	50	37	87	100
4050 남성	(110)	3	14	16	53	30	84	100
4050 여성	(121)	0	13	13	67	19	87	100
60대 이상 남성	(60)	2	17	18	68	13	82	100
60대 이상 여성	(89)	4	10	14	63	24	86	100
거주지역								
서울	(110)	3	11	13	60	26	87	100
인천/경기	(213)	1	11	12	60	28	88	100
대전/세종/충청	(56)	4	14	18	56	26	82	100
광주/전라	(53)	2	17	19	53	28	81	100
대구/경북	(62)	0	10	10	60	30	90	100
부산/울산/경남	(68)	3	13	16	59	25	84	100
강원/제주	(29)	0	15	15	66	19	85	100
학력								
고졸 이하	(226)	2	12	14	63	22	86	100
대졸 이상	(365)	2	12	14	56	30	86	100
직업								
농/임/어업	(4)	0	23	23	77	0	77	100
자영업	(39)	3	6	9	68	23	91	100
판매/영업/서비스	(52)	0	13	13	54	33	87	100
생산/기능/노무	(56)	0	16	16	63	21	84	100
사무/관리/전문	(188)	1	12	13	54	33	87	100
주부	(83)	4	9	13	63	24	87	100
학생	(44)	0	9	9	61	30	91	100
기타	(34)	6	20	26	55	20	74	100
무직/퇴직	(91)	4	12	16	62	22	84	100
직장지위								
정규직 임금근로자	(232)	1	16	16	52	32	84	100
비정규직 임금근로자	(76)	1	12	13	59	28	87	100
자영업자	(65)	3	5	8	74	18	92	100
비경제활동	(219)	3	10	13	62	24	87	100
월평균 가구소득								
300만원 미만	(170)	3	12	15	65	20	85	100
300만원 이상-600만원 미만	(252)	2	10	12	61	27	88	100
600만원 이상	(169)	1	15	16	50	34	84	100
주관적 계층인식								
중상층	(241)	1	10	11	55	33	89	100
중하층	(342)	2	13	15	62	23	85	100
모르겠다	(8)	0	22	22	56	23	78	100
주관적 이념성향								
진보층	(157)	2	14	16	55	29	84	100
중도층	(215)	3	13	16	62	22	84	100
보수층	(204)	1	9	10	59	31	90	100
모름	(16)	0	25	25	56	19	75	100
본인 체중 만족도								
불만족	(433)	2	14	15	61	23	85	100
만족	(158)	3	8	10	53	37	90	100
우리 사회 체중 조절 관심도								
관심 없음	(45)	2	10	12	62	26	88	100
관심 있음	(547)	2	12	14	59	27	86	100

[표 c12] 체중 감량 활동 효과 - 시술 혹은 수술

[C10] 귀하가 최근 5년간(2021년~현재까지) 체중 감량을 위해 실시한 활동은 얼마나 효과가 있었습니까?

단위: %, 점

감량 경험	사례수 (명)	전혀 효과가 없음	거의 효과가 없음	효과가 없음 (전혀 + 거의)	어느 정도 효과가 있음	매우 효과가 있음	효과가 있음 (매우+ 어느 정도)	계
▣ 전체 ▣	(77)	19	33	53	36	11	47	100
성별								
남자	(38)	20	34	55	35	11	45	100
여자	(39)	18	33	51	37	12	49	100
연령								
18-29세	(14)	18	31	49	27	23	51	100
30-39세	(17)	17	24	41	36	22	59	100
40-49세	(14)	7	50	57	43	0	43	100
50-59세	(15)	13	38	51	43	6	49	100
60-69세	(13)	29	31	61	32	8	39	100
70세 이상	(5)	50	20	70	30	0	30	100
성*연령대								
2030 남성	(16)	22	21	43	44	14	57	100
2030 여성	(15)	13	34	48	20	32	52	100
4050 남성	(14)	14	48	62	33	6	38	100
4050 여성	(15)	7	40	47	53	0	53	100
60대 이상 남성	(8)	29	37	66	21	13	34	100
60대 이상 여성	(10)	40	21	61	39	0	39	100
거주지역								
서울	(17)	36	11	48	36	16	52	100
인천/경기	(30)	13	40	53	34	14	47	100
대전/세종/충청	(8)	14	41	54	23	23	46	100
광주/전라	(3)	24	38	62	38	0	38	100
대구/경북	(8)	0	56	56	44	0	44	100
부산/울산/경남	(9)	11	34	45	55	0	55	100
강원/제주	(2)	100	0	100	0	0	0	100
학력								
고졸 이하	(32)	30	36	67	33	0	33	100
대졸 이상	(45)	11	31	42	38	19	58	100
직업								
자영업	(6)	14	18	32	68	0	68	100
판매/영업/서비스	(13)	7	46	54	38	8	46	100
생산/기능/노무	(8)	8	37	45	55	0	55	100
사무/관리/전문	(23)	22	31	54	29	17	46	100
주부	(9)	34	33	67	33	0	33	100
학생	(5)	0	37	37	27	37	63	100
기타	(4)	0	74	74	0	26	26	100
무직/퇴직	(10)	43	10	53	38	9	47	100
직장지위								
정규직	(34)	16	41	57	28	15	43	100
비정규직	(10)	12	39	51	39	10	49	100
임금근로자	(9)	9	22	31	69	0	69	100
자영업자	(24)	30	25	55	33	12	45	100
비경제활동								
월평균 가구소득								
300만원 미만	(24)	32	20	52	44	4	48	100
300만원 이상-600만원 미만	(34)	19	39	58	36	7	42	100
600만원 이상	(20)	5	39	44	28	28	56	100
주관적 계층인식								
중상층	(35)	11	29	40	37	23	60	100
하중층	(42)	26	36	62	36	2	38	100
모르겠다	(1)	0	100	100	0	0	0	100
주관적 이념성향								
진보	(14)	21	22	43	37	21	57	100
중도	(28)	19	43	62	34	4	38	100
보수	(33)	17	30	47	38	15	53	100
모름	(3)	29	36	64	36	0	36	100
본인 체중 만족도								
불만족	(57)	20	37	57	37	6	43	100
만족	(20)	17	24	41	34	25	59	100
우리 사회 체중 조절 관심도								
관심 없음	(9)	12	12	23	57	20	77	100
관심 있음	(68)	20	36	56	33	10	44	100

[표 c13] 체중 감량 활동 효과 - 약물 복용

[C10] 귀하가 최근 5년간(2021년~현재까지) 체중 감량을 위해 실시한 활동은 얼마나 효과가 있었습니까?

단위: %, 점

감량 경험	사례수 (명)	전혀 효과가 없음	거의 효과가 없음	효과가 없음 (전혀 + 거의)	어느 정도 효과가 있음	매우 효과가 있음	효과가 있음 (매우+ 어느 정도)	계
▣ 전체 ▣	(168)	8	24	32	50	18	68	100
성별								
남자	(62)	9	29	38	46	16	62	100
여자	(106)	7	22	29	53	18	71	100
연령								
18-29세	(24)	5	21	26	47	27	74	100
30-39세	(39)	8	23	31	52	17	69	100
40-49세	(35)	8	19	27	59	14	73	100
50-59세	(37)	3	34	36	44	20	64	100
60-69세	(21)	10	28	38	53	10	62	100
70세 이상	(12)	22	17	38	47	15	62	100
성*연령대								
2030 남성	(30)	4	32	36	46	18	64	100
2030 여성	(34)	9	14	23	54	23	77	100
4050 남성	(23)	13	21	34	53	13	66	100
4050 여성	(49)	2	29	31	50	19	69	100
60대 이상 남성	(10)	15	38	53	30	17	47	100
60대 이상 여성	(23)	14	18	32	59	9	68	100
거주지역								
서울	(28)	4	25	29	40	31	71	100
인천/경기	(61)	5	18	23	60	17	77	100
대전/세종/충청	(16)	7	16	23	59	18	77	100
광주/전라	(16)	4	27	31	53	16	69	100
대구/경북	(17)	16	39	55	39	6	45	100
부산/울산/경남	(20)	10	29	39	46	15	61	100
강원/제주	(9)	23	38	60	30	9	40	100
학력								
고졸 이하	(69)	6	24	30	52	19	70	100
대졸 이상	(99)	9	25	34	50	17	66	100
직업								
자영업	(10)	0	27	27	63	10	73	100
판매/영업/서비스	(22)	5	21	25	56	19	75	100
생산/기능/노무	(11)	6	41	46	45	9	54	100
사무/관리/전문	(53)	9	23	32	47	22	68	100
주부	(24)	5	31	36	52	12	64	100
학생	(8)	0	0	0	70	30	100	100
기타	(12)	16	29	45	39	16	55	100
무직/퇴직	(28)	11	23	34	49	17	66	100
직장지위								
정규직	(69)	8	23	31	45	24	69	100
비정규직	(25)	12	24	36	56	8	64	100
임금근로자	(14)	0	36	36	57	7	64	100
자영업자	(60)	7	23	30	53	17	70	100
비경제활동								
300만원 미만	(49)	14	30	44	49	7	56	100
300만원 이상-600만원 미만	(73)	8	21	29	51	20	71	100
600만원 이상	(45)	0	24	24	52	24	76	100
주관적 계층인식								
중상층	(67)	3	21	23	55	22	77	100
하층	(98)	11	27	38	47	15	62	100
모르겠다	(3)	0	29	29	71	0	71	100
주관적 이념성향								
진보층	(41)	9	21	29	41	29	71	100
중도층	(60)	9	27	36	50	15	64	100
보수층	(59)	5	25	30	58	13	70	100
모름	(8)	13	23	36	51	13	64	100
본인 체중 만족도								
불만족	(138)	5	24	30	53	18	70	100
만족	(30)	18	25	43	40	17	57	100
우리 사회 체중 조절 관심도								
관심 없음	(17)	12	17	28	55	17	72	100
관심 있음	(151)	7	25	32	50	18	68	100

[표 c14] 체중 감량 활동 효과 - 비만치료제 주사

[C10] 귀하가 최근 5년간(2021년~현재까지) 체중 감량을 위해 실시한 활동은 얼마나 효과가 있었습니까?

단위: %, 점

감량 경험	사례수 (명)	전혀 효과가 없음	거의 효과가 없음	효과가 없음 (전혀 + 거의)	어느 정도 효과가 있음	매우 효과가 있음	효과가 있음 (매우+ 어느 정도)	계
▣ 전체 ▣	(102)	9	31	39	40	21	61	100
성별								
남자	(51)	9	35	44	33	23	56	100
여자	(51)	9	26	35	46	19	65	100
연령								
18-29세	(16)	8	13	20	37	43	80	100
30-39세	(19)	5	38	43	31	26	57	100
40-49세	(20)	5	30	35	39	25	65	100
50-59세	(25)	0	42	42	42	16	58	100
60-69세	(15)	20	20	40	54	7	60	100
70세 이상	(8)	35	33	67	33	0	33	100
성*연령대								
2030 남성	(19)	12	32	44	25	31	56	100
2030 여성	(16)	0	19	19	45	37	81	100
4050 남성	(21)	5	33	37	39	23	63	100
4050 여성	(23)	0	41	41	42	17	59	100
60대 이상 남성	(11)	13	43	56	34	9	44	100
60대 이상 여성	(12)	35	9	44	56	0	56	100
거주지역								
서울	(18)	12	15	27	50	23	73	100
인천/경기	(36)	0	31	31	44	25	69	100
대전/세종/충청	(9)	24	32	56	24	20	44	100
광주/전라	(9)	7	57	64	13	23	36	100
대구/경북	(10)	11	44	55	31	14	45	100
부산/울산/경남	(17)	6	29	35	47	18	65	100
강원/제주	(3)	69	0	69	31	0	31	100
학력								
고졸 이하	(46)	15	32	47	41	12	53	100
대졸 이상	(56)	4	30	33	39	28	67	100
직업								
자영업	(8)	10	10	20	68	12	80	100
판매/영업/서비스	(14)	0	43	43	44	14	57	100
생산/기능/노무	(7)	9	57	66	34	0	34	100
사무/관리/전문	(31)	6	19	26	42	32	74	100
주부	(15)	22	32	55	32	13	45	100
학생	(6)	0	32	32	30	38	68	100
기타	(6)	0	68	68	14	18	32	100
무직/퇴직	(15)	15	24	40	39	21	60	100
직장지위								
정규직	(38)	7	26	33	44	23	67	100
비정규직	(15)	0	52	52	27	22	48	100
임금근로자	(13)	6	22	29	56	16	71	100
자영업자	(36)	16	29	45	35	21	55	100
비경제활동								
300만원 미만	(32)	22	18	40	47	13	60	100
300만원 이상-600만원 미만	(39)	5	43	48	36	16	52	100
600만원 이상	(31)	0	28	28	37	36	72	100
주관적 계층인식								
중상층	(43)	2	30	32	34	34	68	100
하층	(58)	14	30	44	44	12	56	100
모르겠다	(1)	0	100	100	0	0	0	100
주관적 이념성향								
진보	(25)	11	30	41	30	29	59	100
중도	(34)	13	28	41	36	23	59	100
보수	(41)	2	34	37	48	15	63	100
모름	(2)	44	0	44	56	0	56	100
본인 체중 만족도								
불만족	(78)	11	31	42	39	19	58	100
만족	(24)	3	28	31	41	29	69	100
우리 사회 체중 조절 관심도								
관심 없음	(17)	7	19	26	28	46	74	100
관심 있음	(85)	9	33	42	42	16	58	100

[표 c15] 체중 감량 활동 비용 부담 정도 - 집에서 운동

[C11] 귀하가 최근 5년간(2021년~현재까지) 체중 감량을 위해 실시한 활동의 비용은 경제적으로 얼마나 부담이 되었습니까?

단위: %, 점

감량 경험	사례수 (명)	전혀 부담이 되지 않음	거의 부담이 되지 않음	부담이 되지 않음(전혀 +거의)	어느 정도 부담됨	매우 부담됨	부담됨 (매우+어 느 정도)	계
▣ 전체 ▣	(574)	47	41	88	10	2	12	100
성별								
남자	(262)	46	40	86	12	2	14	100
여자	(312)	48	42	90	8	2	10	100
연령								
18-29세	(103)	58	25	83	10	7	17	100
30-39세	(100)	46	38	84	15	1	16	100
40-49세	(109)	47	42	89	10	1	11	100
50-59세	(114)	40	50	89	11	0	11	100
60-69세	(84)	41	51	92	7	1	8	100
70세 이상	(65)	53	41	94	5	1	6	100
성*연령대								
2030 남성	(97)	53	25	78	18	4	22	100
2030 여성	(106)	51	37	88	7	5	12	100
4050 남성	(105)	44	46	90	9	1	10	100
4050 여성	(118)	43	45	88	12	0	12	100
60대 이상 남성	(60)	39	51	90	8	2	10	100
60대 이상 여성	(89)	51	43	95	4	1	5	100
거주지역								
서울	(106)	44	41	85	12	4	15	100
인천/경기	(215)	50	38	88	9	3	12	100
대전/세종/충청	(53)	41	49	90	9	2	10	100
광주/전라	(52)	50	39	89	11	0	11	100
대구/경북	(54)	43	43	86	14	0	14	100
부산/울산/경남	(68)	47	44	91	9	0	9	100
강원/제주	(27)	54	40	94	6	0	6	100
학력								
고졸 이하	(224)	47	41	88	9	3	12	100
대재 이상	(350)	47	41	88	10	1	12	100
직업								
농/임/어업	(3)	49	29	78	22	0	22	100
자영업	(41)	52	39	91	9	0	9	100
판매/영업/서비스	(52)	38	49	87	7	6	13	100
생산/기능/노무	(57)	43	43	86	12	2	14	100
사무/관리/전문	(175)	45	43	88	12	1	12	100
주부	(83)	55	33	87	12	1	13	100
학생	(44)	61	27	88	5	7	12	100
기타	(32)	58	40	97	3	0	3	100
무직/퇴직	(86)	40	47	88	9	3	12	100
직장지위								
정규직 임금근로자	(227)	46	42	88	10	2	12	100
비정규직 임금근로자	(71)	44	44	88	10	2	12	100
자영업자	(63)	48	43	91	9	0	9	100
비경제활동	(213)	50	37	88	9	3	12	100
월평균 가구소득								
300만원 미만	(168)	36	48	84	13	3	16	100
300만원 이상-600만원 미만	(248)	53	35	89	11	1	11	100
600만원 이상	(158)	50	42	92	5	3	8	100
주관적 계층인식								
중상층	(237)	49	38	88	9	3	12	100
하층	(328)	46	42	88	11	1	12	100
모르겠다	(9)	44	56	100	0	0	0	100
주관적 이념성향								
진보층	(154)	54	39	93	5	1	7	100
중도층	(208)	43	43	87	11	2	13	100
보수층	(196)	47	39	85	12	3	15	100
모름	(16)	43	50	94	6	0	6	100
본인 체중 만족도								
불만족	(413)	46	41	87	10	2	13	100
만족	(161)	50	40	90	9	1	10	100
우리 사회 체중 조절 관심도								
관심 없음	(38)	40	33	72	22	6	28	100
관심 있음	(536)	48	41	89	9	2	11	100



[표 c16] 체중 감량 활동 비용 부담 정도 - 운동시설 이용

[C11] 귀하가 최근 5년간(2021년~현재까지) 체중 감량을 위해 실시한 활동의 비용은 경제적으로 얼마나 부담이 되었습니까?

단위: %, 점

감량 경험	사례수 (명)	전혀 부담이 되지 않음	거의 부담이 되지 않음	부담이 되지 않음(전혀+거의)	어느 정도 부담됨	매우 부담됨	부담됨 (매우+어느 정도)	계
▣ 전체 ▣	(476)	7	28	35	51	15	65	100
성별								
남자	(222)	8	31	39	49	12	61	100
여자	(254)	6	25	31	52	17	69	100
연령								
18-29세	(91)	6	23	28	45	27	72	100
30-39세	(88)	6	24	30	56	13	70	100
40-49세	(88)	8	29	37	43	19	63	100
50-59세	(95)	9	28	37	53	10	63	100
60-69세	(69)	6	31	37	58	6	63	100
70세 이상	(46)	6	38	44	49	7	56	100
성*연령대								
2030 남성	(90)	7	30	37	47	15	63	100
2030 여성	(89)	4	17	21	54	25	79	100
4050 남성	(88)	10	29	38	51	11	62	100
4050 여성	(95)	7	29	36	46	18	64	100
60대 이상 남성	(44)	4	39	43	50	8	57	100
60대 이상 여성	(70)	7	31	38	57	5	62	100
거주지역								
서울	(97)	6	19	25	58	17	75	100
인천/경기	(174)	9	29	37	45	18	63	100
대전/세종/충청	(42)	11	47	58	28	14	42	100
광주/전라	(40)	0	33	33	60	7	67	100
대구/경북	(52)	4	32	36	56	9	64	100
부산/울산/경남	(52)	7	18	26	61	14	74	100
강원/제주	(19)	4	33	37	59	4	63	100
학력								
고졸 이하	(169)	6	29	35	51	14	65	100
대졸 이상	(308)	7	27	35	51	15	65	100
직업								
농/임/어업	(1)	0	0	0	0	100	100	100
자영업	(31)	5	25	30	51	19	70	100
판매/영업/서비스	(39)	8	37	45	37	18	55	100
생산/기능/노무	(45)	11	26	37	59	4	63	100
사무/관리/전문	(167)	5	30	35	49	16	65	100
주부	(70)	6	31	37	59	4	63	100
학생	(32)	9	17	26	42	32	74	100
기타	(26)	8	33	41	51	8	59	100
무직/퇴직	(66)	7	22	29	52	19	71	100
직장지위								
정규직	(203)	7	28	35	51	14	65	100
임금근로자	(56)	7	32	40	46	15	60	100
비정규직 임금근로자	(49)	5	34	40	44	16	60	100
자영업자	(168)	7	25	32	53	15	68	100
비경제활동								
월평균 가구소득								
300만원 미만	(121)	5	25	29	50	21	71	100
300만원 이상-600만원 미만	(210)	6	28	34	53	13	66	100
600만원 이상	(144)	10	31	41	47	12	59	100
주관적 계층인식								
중상층	(211)	9	29	38	52	10	62	100
하층	(258)	5	27	32	49	19	68	100
모르겠다	(8)	12	24	36	64	0	64	100
주관적 이념성향								
진보층	(129)	8	29	37	48	15	63	100
중도층	(175)	7	23	30	54	16	70	100
보수층	(163)	6	34	40	47	13	60	100
모름	(10)	0	10	10	70	20	90	100
본인 체중 만족도								
불만족	(341)	7	26	33	50	17	67	100
만족	(135)	7	32	39	51	10	61	100
우리 사회 체중 조절 관심도								
관심 없음	(36)	12	28	40	39	21	60	100
관심 있음	(441)	6	28	34	52	14	66	100

[표 c17] 체중 감량 활동 비용 부담 정도 - 야외 활동

[C11] 귀하가 최근 5년간(2021년~현재까지) 체중 감량을 위해 실시한 활동의 비용은 경제적으로 얼마나 부담이 되었습니까?

단위: %, 점

감량 경험	사례수 (명)	전혀 부담이 되지 않음	거의 부담이 되지 않음	부담이 되지 않음(전혀 +거의)	어느 정도 부담됨	매우 부담됨	부담됨 (매우+어 느 정도)	계
▣ 전체 ▣	(610)	47	42	89	9	2	11	100
성별								
남자	(286)	47	40	87	11	2	13	100
여자	(323)	47	43	91	7	2	9	100
연령								
18-29세	(111)	64	25	89	8	3	11	100
30-39세	(104)	55	28	83	15	2	17	100
40-49세	(115)	44	44	88	10	2	12	100
50-59세	(122)	38	50	87	11	1	13	100
60-69세	(91)	42	53	95	4	1	5	100
70세 이상	(67)	38	57	95	4	1	5	100
성*연령대								
2030 남성	(106)	58	25	83	16	1	17	100
2030 여성	(109)	61	28	89	8	3	11	100
4050 남성	(115)	44	44	88	10	2	12	100
4050 여성	(122)	38	49	87	11	2	13	100
60대 이상 남성	(65)	35	57	92	7	1	8	100
60대 이상 여성	(93)	44	53	97	2	1	3	100
거주지역								
서울	(111)	45	41	85	11	3	15	100
인천/경기	(217)	52	36	89	11	1	11	100
대전/세종/충청	(59)	40	51	92	1	7	8	100
광주/전라	(58)	47	38	85	13	2	15	100
대구/경북	(59)	48	44	92	8	0	8	100
부산/울산/경남	(76)	44	44	88	11	1	12	100
강원/제주	(30)	41	59	100	0	0	0	100
학력								
고졸 이하	(236)	43	47	90	8	2	10	100
대졸 이상	(374)	50	38	88	10	2	12	100
직업								
농/임/어업	(3)	49	51	100	0	0	0	100
자영업	(41)	54	36	91	9	0	9	100
판매/영업/서비스	(53)	45	43	87	7	5	13	100
생산/기능/노무	(59)	42	41	83	17	0	17	100
사무/관리/전문	(191)	46	42	88	10	2	12	100
주부	(89)	46	47	93	6	1	7	100
학생	(46)	63	27	91	7	2	9	100
기타	(33)	64	36	100	0	0	0	100
무직/퇴직	(95)	40	46	86	11	3	14	100
직장지위								
정규직 임금근로자	(242)	49	38	88	10	2	12	100
비정규직 임금근로자	(72)	43	44	87	13	0	13	100
자영업자	(67)	46	47	93	6	1	7	100
비경제활동	(229)	47	43	90	8	2	10	100
월평균 가구소득								
300만원 미만	(176)	40	46	86	11	3	14	100
300만원 이상-600만원 미만	(262)	50	38	89	10	1	11	100
600만원 이상	(172)	51	42	92	6	2	8	100
주관적 계층인식								
중상층	(249)	48	41	89	9	1	11	100
하층	(349)	46	42	88	10	2	12	100
모르겠다	(11)	50	42	92	0	8	8	100
주관적 이념성향								
진보층	(161)	49	45	94	6	1	6	100
중도층	(224)	45	44	89	9	2	11	100
보수층	(207)	49	36	85	13	3	15	100
모름	(17)	35	53	89	6	5	11	100
본인 체중 만족도								
불만족	(435)	47	43	90	8	2	10	100
만족	(174)	48	38	86	12	2	14	100
우리 사회 체중 조절 관심도								
관심 없음	(47)	43	31	74	24	2	26	100
관심 있음	(563)	48	42	90	8	2	10	100

[표 c18] 체중 감량 활동 비용 부담 정도 - 식사량 줄이기

[C11] 귀하가 최근 5년간(2021년~현재까지) 체중 감량을 위해 실시한 활동의 비용은 경제적으로 얼마나 부담이 되었습니까?

단위: %, 점

감량 경험	사례수 (명)	전혀 부담이 되지 않음	거의 부담이 되지 않음	부담이 되지 않음(전혀 +거의)	어느 정도 부담됨	매우 부담됨	부담됨 (매우+어 느 정도)	계
▣ 전체 ▣	(591)	34	47	81	15	4	19	100
성별								
남자	(272)	39	43	82	14	4	18	100
여자	(320)	29	51	80	16	4	20	100
연령								
18-29세	(108)	36	39	75	17	8	25	100
30-39세	(103)	33	44	77	19	4	23	100
40-49세	(112)	36	49	86	12	3	14	100
50-59세	(120)	32	46	78	19	3	22	100
60-69세	(88)	28	59	87	12	1	13	100
70세 이상	(60)	39	50	88	8	3	12	100
성*연령대								
2030 남성	(101)	39	37	76	18	6	24	100
2030 여성	(110)	30	46	75	18	6	25	100
4050 남성	(110)	41	43	84	13	3	16	100
4050 여성	(121)	28	52	80	18	2	20	100
60대 이상 남성	(60)	33	55	88	10	2	12	100
60대 이상 여성	(89)	31	55	87	11	2	13	100
거주지역								
서울	(110)	29	48	77	17	6	23	100
인천/경기	(213)	37	46	83	13	4	17	100
대전/세종/충청	(56)	26	52	78	16	6	22	100
광주/전라	(53)	29	57	86	14	0	14	100
대구/경북	(62)	42	44	86	12	2	14	100
부산/울산/경남	(68)	31	43	74	23	3	26	100
강원/제주	(29)	39	48	88	12	0	12	100
학력								
고졸 이하	(226)	34	46	79	15	5	21	100
대재 이상	(365)	34	48	82	15	3	18	100
직업								
농/임/어업	(4)	39	44	83	17	0	17	100
자영업	(39)	33	47	80	15	5	20	100
판매/영업/서비스	(52)	36	47	84	13	4	16	100
생산/기능/노무	(56)	47	36	84	16	0	16	100
사무/관리/전문	(188)	34	48	82	15	3	18	100
주부	(83)	32	49	82	15	3	18	100
학생	(44)	27	50	76	17	7	24	100
기타	(34)	35	42	77	23	0	23	100
무직/퇴직	(91)	27	54	80	12	7	20	100
직장지위								
정규직 임금근로자	(232)	38	46	84	13	3	16	100
비정규직 임금근로자	(76)	33	43	76	24	0	24	100
자영업자	(65)	34	47	81	15	4	19	100
비경제활동	(219)	29	51	80	14	6	20	100
월평균 가구소득								
300만원 미만	(170)	20	50	71	24	6	29	100
300만원 이상-600만원 미만	(252)	40	44	84	13	3	16	100
600만원 이상	(169)	37	50	87	10	3	13	100
주관적 계층인식								
중상층	(241)	36	51	87	9	5	13	100
하층	(342)	32	45	77	19	3	23	100
모르겠다	(8)	33	35	68	32	0	32	100
주관적 이념성향								
진보층	(157)	32	53	85	13	2	15	100
중도층	(215)	32	49	81	15	4	19	100
보수층	(204)	37	44	80	15	5	20	100
모름	(16)	31	20	51	44	6	49	100
본인 체중 만족도								
불만족	(433)	33	47	80	16	4	20	100
만족	(158)	35	48	83	13	4	17	100
우리 사회 체중 조절 관심도								
관심 없음	(45)	22	45	68	21	11	32	100
관심 있음	(547)	35	48	82	15	3	18	100



[표 c19] 가장 최근 체중 증량 시도 방법

[C12\_R] 그렇다면, 가장 최근에 체중 증량을 위해 시도한 방법은 무엇입니까? 해당하는 것을 모두 선택해 주세요.

단위: %

증량 경험	사례수 (명)	야외 활동(공원 산책, 러닝, 등산 등)	식사량 늘이기( 식사 횟수 혹은 양 늘리기)	집에서 운동(스트레칭, 홈트레이닝 등)	운동시설 이용	식단 변경(대 용식, 보조제 섭취, 다이어트 도시락 이용 등)	약물(한 약 등) 복용	시술 혹은 수술	기타
■ 전체 ■	(129)	53	51	44	36	27	7	3	1
성별									
남자	(71)	66	47	47	43	24	5	4	1
여자	(58)	36	57	41	28	32	9	2	0
연령									
18-29세	(14)	38	54	61	54	39	16	7	0
30-39세	(25)	68	50	59	38	29	4	0	0
40-49세	(19)	49	55	30	44	26	5	0	0
50-59세	(18)	52	36	20	47	16	11	0	0
60-69세	(27)	53	54	39	29	18	4	11	0
70세 이상	(26)	49	58	53	20	38	4	0	3
성*연령대									
2030 남성	(25)	68	46	59	54	37	10	0	0
2030 여성	(15)	41	60	60	27	27	7	7	0
4050 남성	(19)	66	52	38	51	14	5	0	0
4050 여성	(17)	33	38	11	38	28	12	0	0
60대 이상 남성	(27)	66	43	41	27	18	0	11	3
60대 이상 여성	(26)	35	68	50	23	38	8	0	0
거주지역									
서울	(27)	63	65	46	50	30	4	4	0
인천/경기	(38)	51	42	27	32	16	8	0	0
대전/세종/충청	(11)	26	34	71	61	20	21	0	0
광주/전라	(13)	61	46	37	50	24	0	0	0
대구/경북	(14)	59	67	59	19	35	7	7	6
부산/울산/경남	(22)	48	52	49	20	52	5	9	0
강원/제주	(4)	59	61	61	19	0	0	0	0
학력									
고졸 이하	(59)	57	41	50	29	21	5	5	1
대재 이상	(70)	49	60	40	42	33	8	1	0
직업									
농/임/어업	(5)	60	58	18	60	40	0	40	0
자영업	(7)	56	27	56	56	42	0	0	0
판매/영업/서비스	(8)	61	50	41	27	0	0	0	0
생산/기능/노무	(17)	59	59	55	49	18	6	0	0
사무/관리/전문	(39)	50	58	33	39	34	6	3	0
주부	(22)	41	54	46	26	23	10	0	0
학생	(6)	65	50	66	35	50	16	16	0
기타	(5)	57	0	57	38	40	23	0	0
무직/퇴직	(20)	54	51	47	24	20	5	0	4
직장지위									
정규직	(53)	55	55	43	41	29	5	2	0
비정규직	(14)	63	56	45	38	21	7	0	0
임금근로자	(15)	46	33	33	53	33	7	14	0
비경제활동	(48)	50	52	49	26	25	9	2	2
월평균 가구소득									
300만원 미만	(43)	58	44	51	29	21	7	2	0
300만원 이상-600만원 미만	(54)	51	58	36	30	29	8	4	2
600만원 이상	(32)	48	51	49	58	33	3	3	0
주관적 계층인식									
중상층	(57)	52	64	54	37	30	4	4	0
하층	(69)	53	39	36	38	25	9	3	1
모르겠다	(3)	68	100	38	0	32	0	0	0
주관적 이념성향									
진보층	(26)	50	53	35	34	31	8	4	0
중도층	(42)	56	48	54	45	28	6	0	0
보수층	(61)	51	52	40	31	24	7	5	1
모름	(1)	100	100	100	100	100	0	0	0
본인 체중 만족도									
불만족	(67)	53	52	45	33	27	5	3	1
만족	(62)	52	50	43	40	28	8	3	0
우리 사회 체중 조절 관심도									
관심 없음	(27)	55	36	36	42	21	11	7	0
관심 있음	(102)	52	56	46	35	29	5	2	1

[표 c20] 체중 증량 활동 효과 - 집에서 운동

[C13] 귀하가 최근 5년간(2021년~현재까지) 체중 증량을 위해 실시한 활동은 얼마나 효과가 있었습니까?

단위: %, 점

증량 경험	사례수 (명)	전혀 효과가 없음	거의 효과가 없음	효과가 없음 (전혀 + 거의)	어느 정도 효과가 있음	매우 효과가 있음	효과가 있음 (매우+ 어느 정도)	계
▣ 전체 ▣	(111)	3	22	25	62	13	75	100
성별								
남자	(63)	2	19	20	63	17	80	100
여자	(48)	4	27	31	60	9	69	100
연령								
18-29세	(11)	0	18	18	61	20	82	100
30-39세	(21)	0	21	21	59	20	79	100
40-49세	(15)	7	43	50	44	6	50	100
50-59세	(15)	6	20	25	63	12	75	100
60-69세	(24)	0	29	29	55	16	71	100
70세 이상	(25)	4	9	13	80	7	87	100
성*연령대								
2030 남성	(21)	0	16	16	63	21	84	100
2030 여성	(11)	0	27	27	54	18	73	100
4050 남성	(17)	6	33	39	45	16	61	100
4050 여성	(13)	6	29	36	64	0	64	100
60대 이상 남성	(25)	0	12	12	74	14	88	100
60대 이상 여성	(24)	4	26	30	61	9	70	100
거주지역								
서울	(22)	0	21	21	62	17	79	100
인천/경기	(29)	4	30	34	52	14	66	100
대전/세종/충청	(10)	10	10	20	69	11	80	100
광주/전라	(12)	7	16	23	64	14	77	100
대구/경북	(13)	0	42	42	51	8	58	100
부산/울산/경남	(21)	0	15	15	69	16	85	100
강원/제주	(4)	0	0	0	100	0	100	100
학력								
고졸 이하	(53)	2	25	27	59	14	73	100
대졸 이상	(58)	3	20	23	64	13	77	100
직업								
농/임/어업	(5)	0	0	0	100	0	100	100
자영업	(6)	0	17	17	52	31	83	100
판매/영업/서비스	(8)	0	0	0	72	28	100	100
생산/기능/노무	(16)	0	23	23	51	26	77	100
사무/관리/전문	(30)	3	23	26	67	6	74	100
주부	(19)	4	27	32	68	0	68	100
학생	(6)	0	30	30	54	16	70	100
기타	(3)	0	0	0	64	36	100	100
무직/퇴직	(18)	6	34	40	45	15	60	100
직장지위								
정규직 임금근로자	(44)	2	16	18	68	14	82	100
비정규직 임금근로자	(12)	0	24	24	57	19	76	100
자영업자	(13)	0	16	16	62	22	84	100
비경제활동	(43)	4	31	35	56	9	65	100
월평균 가구소득								
300만원 미만	(42)	2	24	27	66	7	73	100
300만원 이상-600만원 미만	(42)	0	23	23	63	14	77	100
600만원 이상	(27)	7	18	25	53	22	75	100
주관적 계층인식								
중상층	(51)	4	12	15	63	22	85	100
중하층	(58)	2	31	33	61	6	67	100
모르겠다	(2)	0	46	46	54	0	54	100
주관적 이념성향								
진보층	(22)	0	23	23	60	17	77	100
중도층	(36)	5	14	19	69	12	81	100
보수층	(53)	2	29	30	58	11	70	100
모름	(1)	0	0	0	0	100	100	100
본인 체중 만족도								
불만족	(60)	1	25	26	67	6	74	100
만족	(51)	4	20	24	55	21	76	100
우리 사회 체중 조절 관심도								
관심 없음	(24)	4	35	40	48	12	60	100
관심 있음	(87)	2	19	21	65	14	79	100

[C13] 귀하가 최근 5년간(2021년~현재까지) 체중 증량을 위해 실시한 활동은 얼마나 효과가 있었습니까?

단위: %, 점

증량 경험	사례수 (명)	전혀 효과가 없음	거의 효과가 없음	효과가 없음 (전혀 + 거의)	어느 정도 효과가 있음	매우 효과가 있음	효과가 있음 (매우+ 어느 정도)	계
▣ 전체 ▣	(92)	2	19	21	62	16	79	100
성별								
남자	(51)	2	13	16	65	20	84	100
여자	(41)	2	26	29	60	12	71	100
연령								
18-29세	(9)	11	0	11	49	40	89	100
30-39세	(21)	5	21	26	58	15	74	100
40-49세	(14)	0	21	21	61	19	79	100
50-59세	(14)	0	6	6	68	26	94	100
60-69세	(20)	0	14	14	81	5	86	100
70세 이상	(15)	0	45	45	49	6	55	100
성*연령대								
2030 남성	(19)	6	18	24	51	25	76	100
2030 여성	(11)	9	9	19	63	19	81	100
4050 남성	(15)	0	7	7	57	37	93	100
4050 여성	(13)	0	21	21	73	6	79	100
60대 이상 남성	(18)	0	14	14	86	0	86	100
60대 이상 여성	(17)	0	42	42	47	11	58	100
거주지역								
서울	(20)	0	10	10	62	28	90	100
인천/경기	(26)	4	11	15	69	16	85	100
대전/세종/충청	(8)	0	13	13	87	0	87	100
광주/전라	(12)	0	14	14	63	23	86	100
대구/경북	(8)	0	15	15	72	13	85	100
부산/울산/경남	(14)	8	52	61	30	9	39	100
강원/제주	(4)	0	39	39	61	0	61	100
학력								
고졸 이하	(38)	5	15	21	66	14	79	100
대졸 이상	(53)	0	22	22	60	18	78	100
직업								
농/임/어업	(5)	0	0	0	80	20	100	100
자영업	(6)	19	0	19	67	14	81	100
판매/영업/서비스	(7)	0	12	12	43	46	88	100
생산/기능/노무	(9)	0	0	0	77	23	100	100
사무/관리/전문	(34)	3	33	36	48	16	64	100
주부	(14)	0	26	26	74	0	74	100
학생	(3)	0	0	0	31	69	100	100
기타	(4)	0	0	0	100	0	100	100
무직/퇴직	(9)	0	20	20	80	0	80	100
직장지위								
정규직 임금근로자	(43)	2	25	28	53	20	72	100
비정규직 임금근로자	(8)	0	0	0	74	26	100	100
자영업자	(14)	8	7	16	71	14	84	100
비경제활동	(27)	0	21	21	71	8	79	100
월평균 가구소득								
300만원 미만	(25)	4	15	20	63	17	80	100
300만원 이상-600만원 미만	(40)	3	23	25	61	14	75	100
600만원 이상	(27)	0	17	17	65	18	83	100
주관적 계층인식								
중상층	(46)	0	23	23	57	20	77	100
하층	(45)	5	15	20	68	13	80	100
주관적 이념성향								
진보층	(19)	0	43	43	41	15	57	100
중도층	(30)	7	13	20	57	24	80	100
보수층	(42)	0	13	13	77	9	87	100
모름	(1)	0	0	0	0	100	100	100
본인 체중 만족도								
불만족	(47)	2	27	29	55	16	71	100
만족	(45)	2	11	13	71	16	87	100
우리 사회 체중 조절 관심도								
관심 없음	(19)	0	21	21	70	10	79	100
관심 있음	(72)	3	19	22	60	18	78	100

[표 c22] 체중 증량 활동 효과 - 야외 활동

[C13] 귀하가 최근 5년간(2021년~현재까지) 체중 증량을 위해 실시한 활동은 얼마나 효과가 있었습니까?

단위: %, 점

증량 경험	사례수 (명)	전혀 효과가 없음	거의 효과가 없음	효과가 없음 (전혀 + 거의)	어느 정도 효과가 있음	매우 효과가 있음	효과가 있음 (매우+ 어느 정도)	계
▣ 전체 ▣	(118)	1	25	26	62	12	74	100
성별								
남자	(66)	1	19	20	65	15	80	100
여자	(52)	0	34	34	59	7	66	100
연령								
18-29세	(10)	0	21	21	69	10	79	100
30-39세	(24)	0	31	31	52	17	69	100
40-49세	(17)	6	51	57	43	0	43	100
50-59세	(16)	0	30	30	53	17	70	100
60-69세	(27)	0	15	15	68	18	85	100
70세 이상	(25)	0	14	14	82	4	86	100
성*연령대								
2030 남성	(22)	0	25	25	56	19	75	100
2030 여성	(12)	0	33	33	58	8	67	100
4050 남성	(17)	5	27	32	62	6	68	100
4050 여성	(15)	0	57	57	31	12	43	100
60대 이상 남성	(27)	0	9	9	72	18	91	100
60대 이상 여성	(25)	0	20	20	76	4	80	100
거주지역								
서울	(27)	0	22	22	63	15	78	100
인천/경기	(32)	3	25	28	60	13	72	100
대전/세종/충청	(8)	0	12	12	76	12	88	100
광주/전라	(13)	0	34	34	52	14	66	100
대구/경북	(14)	0	28	28	72	0	72	100
부산/울산/경남	(21)	0	35	35	55	10	65	100
강원/제주	(4)	0	0	0	80	20	100	100
학력								
고졸 이하	(54)	0	25	25	61	15	75	100
대졸 이상	(64)	1	26	28	63	9	72	100
직업								
농/임/어업	(5)	0	42	42	38	20	58	100
자영업	(7)	0	15	15	56	29	85	100
판매/영업/서비스	(7)	0	13	13	87	0	87	100
생산/기능/노무	(16)	0	24	24	44	32	76	100
사무/관리/전문	(35)	0	30	30	62	8	70	100
주부	(20)	0	25	25	70	5	75	100
학생	(6)	15	16	30	54	16	70	100
기타	(5)	0	23	23	77	0	77	100
무직/퇴직	(18)	0	27	27	69	4	73	100
직장지위								
정규직 임금근로자	(48)	0	26	26	63	11	74	100
비정규직 임금근로자	(12)	0	25	25	60	16	75	100
자영업자	(15)	0	27	27	46	27	73	100
비경제활동	(44)	2	24	26	67	6	74	100
월평균 가구소득								
300만원 미만	(41)	0	24	24	66	10	76	100
300만원 이상-600만원 미만	(49)	0	25	25	65	10	75	100
600만원 이상	(28)	3	27	31	51	18	69	100
주관적 계층인식								
중상층	(52)	0	18	18	67	15	82	100
중하층	(64)	1	31	33	58	9	67	100
모르겠다	(3)	0	32	32	68	0	68	100
주관적 이념성향								
진보층	(24)	0	21	21	57	21	79	100
중도층	(39)	0	30	30	58	12	70	100
보수층	(54)	2	24	26	66	7	74	100
모름	(1)	0	0	0	100	0	100	100
본인 체중 만족도								
불만족	(63)	1	27	28	65	6	72	100
만족	(55)	0	24	24	58	18	76	100
우리 사회 체중 조절 관심도								
관심 없음	(25)	0	42	42	46	12	58	100
관심 있음	(93)	1	21	22	66	12	78	100

[표 c23] 체중 증량 활동 효과 - 식사량 늘이기

[C13] 귀하가 최근 5년간(2021년~현재까지) 체중 증량을 위해 실시한 활동은 얼마나 효과가 있었습니까?

단위: %, 점

증량 경험	사례수 (명)	전혀 효과가 없음	거의 효과가 없음	효과가 없음 (전혀 + 거의)	어느 정도 효과가 있음	매우 효과가 있음	효과가 있음 (매우+ 어느 정도)	계
▣ 전체 ▣	(110)	1	26	27	51	22	73	100
성별								
남자	(58)	1	31	33	50	18	67	100
여자	(52)	0	21	21	53	26	79	100
연령								
18-29세	(14)	0	16	16	45	38	84	100
30-39세	(22)	0	24	24	48	28	76	100
40-49세	(16)	5	48	54	30	17	46	100
50-59세	(13)	0	22	22	71	6	78	100
60-69세	(23)	0	25	25	66	9	75	100
70세 이상	(22)	0	23	23	46	31	77	100
성*연령대								
2030 남성	(21)	0	26	26	47	27	74	100
2030 여성	(15)	0	13	13	47	40	87	100
4050 남성	(16)	5	36	42	42	17	58	100
4050 여성	(13)	0	37	37	57	7	63	100
60대 이상 남성	(21)	0	32	32	59	9	68	100
60대 이상 여성	(24)	0	17	17	54	29	83	100
거주지역								
서울	(23)	4	20	24	42	34	76	100
인천/경기	(32)	0	24	24	54	21	76	100
대전/세종/충청	(11)	0	52	52	48	0	48	100
광주/전라	(12)	0	16	16	77	7	84	100
대구/경북	(11)	0	17	17	83	0	83	100
부산/울산/경남	(18)	0	41	41	11	47	59	100
강원/제주	(4)	0	0	0	100	0	100	100
학력								
고졸 이하	(49)	0	30	30	58	12	70	100
대졸 이상	(61)	1	23	25	46	29	75	100
직업								
농/임/어업	(4)	0	0	0	100	0	100	100
자영업	(6)	0	35	35	18	48	65	100
판매/영업/서비스	(8)	0	0	0	73	27	100	100
생산/기능/노무	(16)	0	42	42	38	19	58	100
사무/관리/전문	(34)	2	29	32	37	31	68	100
주부	(18)	0	23	23	72	5	77	100
학생	(6)	0	15	15	35	51	85	100
기타	(3)	0	67	67	33	0	33	100
무직/퇴직	(15)	0	20	20	73	7	80	100
직장지위								
정규직 임금근로자	(47)	2	24	26	45	30	74	100
비정규직 임금근로자	(12)	0	41	41	48	11	59	100
자영업자	(13)	0	39	39	32	29	61	100
비경제활동	(39)	0	20	20	66	13	80	100
월평균 가구소득								
300만원 미만	(35)	0	24	24	59	17	76	100
300만원 이상-600만원 미만	(48)	2	27	28	47	25	72	100
600만원 이상	(27)	0	29	29	49	22	71	100
주관적 계층인식								
중상층	(54)	0	22	22	50	28	78	100
중하층	(53)	2	32	34	50	16	66	100
모르겠다	(3)	0	0	0	100	0	100	100
주관적 이념성향								
진보층	(22)	0	23	23	32	45	77	100
중도층	(37)	2	25	27	59	14	73	100
보수층	(50)	0	29	29	55	16	71	100
모름	(1)	0	0	0	0	100	100	100
본인 체중 만족도								
불만족	(59)	1	26	27	52	21	73	100
만족	(51)	0	27	27	50	23	73	100
우리 사회 체중 조절 관심도								
관심 없음	(24)	4	39	43	46	11	57	100
관심 있음	(87)	0	23	23	53	25	77	100

[표 c24] 최근 5년간 체중 조절 스트레스 경험

[C15] 귀하는 최근 5년간(2021년~현재까지) 체중 조절(감량 또는 증량)로 인해 스트레스를 받은 적이 있으십니까?

단위: %, 점

체중 조절 시도		사례수 (명)	있다	없다	계
▣ 전체 ▣		(743)	58	42	100
성별	남자	(355)	48	52	100
	여자	(389)	67	33	100
연령	18-29세	(122)	60	40	100
	30-39세	(127)	65	35	100
	40-49세	(135)	68	32	100
	50-59세	(144)	58	42	100
	60-69세	(122)	49	51	100
	70세 이상	(92)	45	55	100
성*연령대	2030 남성	(127)	52	48	100
	2030 여성	(123)	73	27	100
	4050 남성	(135)	56	44	100
	4050 여성	(144)	70	30	100
	60대 이상 남성	(93)	32	68	100
	60대 이상 여성	(122)	59	41	100
거주지역	서울	(136)	57	43	100
	인천/경기	(256)	58	42	100
	대전/세종/충청	(71)	56	44	100
	광주/전라	(71)	62	38	100
	대구/경북	(76)	59	41	100
	부산/울산/경남	(100)	63	37	100
	강원/제주	(34)	46	54	100
학력	고졸이하	(304)	54	46	100
	대재이상	(440)	62	38	100
직업	농/임/어업	(9)	39	61	100
	자영업	(46)	57	43	100
	판매/영업/서비스	(63)	58	42	100
	생산/기능/노무	(77)	50	50	100
	사무/관리/전문	(229)	64	36	100
	주부	(114)	61	39	100
	학생	(51)	62	38	100
	기타	(40)	56	44	100
	무직/퇴직	(114)	50	50	100
직장지위	정규직 임금근로자	(295)	62	38	100
	비정규직 임금근로자	(87)	57	43	100
	자영업자	(83)	51	49	100
	비경제활동	(279)	57	43	100
월평균 가구소득	300만원미만	(226)	58	42	100
	300만원 이상-600만원 미만	(314)	58	42	100
	600만원 이상	(203)	59	41	100
주관적 계층인식	중상층	(299)	55	45	100
	하층	(431)	61	39	100
	모르겠다	(13)	52	48	100
주관적 이념성향	진보층	(189)	57	43	100
	중도층	(268)	59	41	100
	보수층	(269)	57	43	100
	모름	(18)	84	16	100
본인 체중 만족도	불만족	(517)	69	31	100
	만족	(226)	33	67	100
우리 사회 체중 조절 관심도	관심 없음	(75)	48	52	100
	관심 있음	(668)	60	40	100



[표 c25] 최근 5년간 체중 감량 목표 달성 여부

[C17-1] 귀하는 최근 5년간(2021년~현재까지) 체중 감량을 시도한 결과, 원하던 목표를 달성하셨습니다까?

단위: %

감량 경험		사례수 (명)	그렇다	아니다	계
■ 전체 ■		(635)	36	64	100
성별	남자	(298)	41	59	100
	여자	(337)	31	69	100
연령	18-29세	(114)	40	60	100
	30-39세	(107)	39	61	100
	40-49세	(119)	32	68	100
	50-59세	(128)	29	71	100
	60-69세	(97)	36	64	100
	70세 이상	(70)	44	56	100
성*연령대	2030 남성	(108)	43	57	100
	2030 여성	(113)	36	64	100
	4050 남성	(120)	36	64	100
	4050 여성	(128)	24	76	100
	60대 이상 남성	(70)	45	55	100
	60대 이상 여성	(97)	35	65	100
거주지역	서울	(115)	37	63	100
	인천/경기	(225)	33	67	100
	대전/세종/충청	(62)	45	55	100
	광주/전라	(59)	50	50	100
	대구/경북	(63)	28	72	100
	부산/울산/경남	(80)	29	71	100
	강원/제주	(31)	31	69	100
학력	고졸이하	(249)	33	67	100
	대재이상	(386)	37	63	100
직업	농/임/어업	(4)	41	59	100
	자영업	(42)	42	58	100
	판매/영업/서비스	(59)	36	64	100
	생산/기능/노무	(61)	33	67	100
	사무/관리/전문	(198)	37	63	100
	주부	(92)	28	72	100
	학생	(47)	45	55	100
	기타	(36)	32	68	100
	무직/퇴직	(97)	36	64	100
직장지위	정규직 임금근로자	(251)	33	67	100
	비정규직 임금근로자	(78)	38	62	100
	자영업자	(70)	46	54	100
	비경제활동	(236)	34	66	100
월평균 가구소득	300만원미만	(186)	30	70	100
	300만원 이상-600만원 미만	(271)	39	61	100
	600만원 이상	(178)	36	64	100
주관적 계층인식	중상층	(255)	43	57	100
	하층	(369)	31	69	100
	모르겠다	(11)	25	75	100
주관적 이념성향	진보층	(167)	32	68	100
	중도층	(235)	31	69	100
	보수층	(216)	44	56	100
	모름	(17)	24	76	100
본인 체중 만족도	불만족	(457)	21	79	100
	만족	(178)	73	27	100
우리 사회 체중 조절 관심도	관심 없음	(48)	37	63	100
	관심 있음	(587)	35	65	100

[표 c26] 최근 5년간 체중 증량 목표 달성 여부

[C17-2] 귀하는 최근 5년간(2021년~현재까지) 체중 증량을 시도한 결과, 원하던 목표를 달성하셨습니다까?

단위: %

증량 경험		사례수 (명)	그렇다	아니다	계
■ 전체 ■		(129)	43	57	100
성별	남자	(71)	50	50	100
	여자	(58)	35	65	100
연령	18-29세	(14)	54	46	100
	30-39세	(25)	58	42	100
	40-49세	(19)	55	45	100
	50-59세	(18)	37	63	100
	60-69세	(27)	39	61	100
	70세 이상	(26)	24	76	100
성*연령대	2030 남성	(25)	59	41	100
	2030 여성	(15)	53	47	100
	4050 남성	(19)	63	37	100
	4050 여성	(17)	27	73	100
	60대 이상 남성	(27)	34	66	100
	60대 이상 여성	(26)	30	70	100
거주지역	서울	(27)	39	61	100
	인천/경기	(38)	48	52	100
	대전/세종/충청	(11)	55	45	100
	광주/전라	(13)	51	49	100
	대구/경북	(14)	33	67	100
	부산/울산/경남	(22)	34	66	100
	강원/제주	(4)	61	39	100
학력	고졸이하	(59)	44	56	100
	대재이상	(70)	43	57	100
직업	농/임/어업	(5)	38	62	100
	자영업	(7)	44	56	100
	판매/영업/서비스	(8)	62	38	100
	생산/기능/노무	(17)	48	52	100
	사무/관리/전문	(39)	48	52	100
	주부	(22)	26	74	100
	학생	(6)	46	54	100
	기타	(5)	81	19	100
	무직/퇴직	(20)	33	67	100
직장지위	정규직 임금근로자	(53)	52	48	100
	비정규직 임금근로자	(14)	49	51	100
	자영업자	(15)	47	53	100
	비경제활동	(48)	32	68	100
월평균 가구소득					
300만원미만		(43)	34	66	100
300만원 이상-600만원 미만		(54)	53	47	100
600만원 이상		(32)	41	59	100
주관적 계층인식					
중상층		(57)	42	58	100
하층		(69)	45	55	100
모르겠다		(3)	30	70	100
주관적 이념성향					
진보층		(26)	23	77	100
중도층		(42)	54	46	100
보수층		(61)	46	54	100
모름		(1)	0	100	100
본인 체중 만족도					
불만족		(67)	28	72	100
만족		(62)	60	40	100
우리 사회 체중 조절 관심도					
관심 없음		(27)	50	50	100
관심 있음		(102)	42	58	100



[표 c27] 체중 조절 난이도 인식

[C18] 귀하는 체중을 조절(감량 또는 증량)하는 것이 어렵다고 생각하십니까?

단위: %

전체		사례수 (명)	그렇다	아니다	계
■ 전체 ■		(1,000)	76	24	100
성별	남자	(495)	69	31	100
	여자	(505)	82	18	100
연령	18-29세	(150)	78	22	100
	30-39세	(150)	81	19	100
	40-49세	(171)	85	15	100
	50-59세	(194)	75	25	100
	60-69세	(178)	72	28	100
	70세 이상	(157)	62	38	100
성*연령대	2030 남성	(156)	73	27	100
	2030 여성	(144)	87	13	100
	4050 남성	(186)	74	26	100
	4050 여성	(179)	85	15	100
	60대 이상 남성	(153)	59	41	100
	60대 이상 여성	(182)	74	26	100
거주지역	서울	(186)	77	23	100
	인천/경기	(323)	80	20	100
	대전/세종/충청	(108)	71	29	100
	광주/전라	(96)	72	28	100
	대구/경북	(96)	72	28	100
	부산/울산/경남	(149)	72	28	100
	강원/제주	(42)	78	22	100
학력	고졸이하	(430)	74	26	100
	대재이상	(570)	77	23	100
직업	농/임/어업	(13)	40	60	100
	자영업	(68)	69	31	100
	판매/영업/서비스	(79)	72	28	100
	생산/기능/노무	(98)	72	28	100
	사무/관리/전문	(280)	82	18	100
	주부	(163)	77	23	100
	학생	(63)	72	28	100
	기타	(58)	72	28	100
	무직/퇴직	(178)	75	25	100
직장지위	정규직 임금근로자	(363)	80	20	100
	비정규직 임금근로자	(110)	71	29	100
	자영업자	(124)	66	34	100
	비경제활동	(404)	75	25	100
월평균 가구소득	300만원미만	(336)	74	26	100
	300만원 이상-600만원 미만	(408)	77	23	100
	600만원 이상	(256)	75	25	100
주관적 계층인식	중상층	(396)	73	27	100
	하층	(578)	78	22	100
	모르겠다	(26)	74	26	100
주관적 이념성향	진보층	(250)	77	23	100
	중도층	(369)	81	19	100
	보수층	(356)	69	31	100
	모름	(25)	73	27	100
본인 체중 만족도	불만족	(608)	88	12	100
	만족	(392)	56	44	100
우리 사회 체중 조절 관심도	관심 없음	(111)	68	32	100
	관심 있음	(889)	77	23	100

[표 c28] 체중 조절이 어려운 주된 이유 - 1+2순위, 복수응답

[C19] 귀하가 생각하시기에 체중 조절(감량 또는 증량)이 어려운 이유는 주로 무엇입니까?

단위: %

전체	사례수 (명)	식사량이나 식습관을 조절하기 어려워서	운동을 꾸준히 하거나 운동량을 유지하기 어려워서	노력에 비해 눈에 띄는 변화가 없어서 의욕이 떨어지므로	스트레스 나 감정 변화로 인해 지속하기 어려워서	생활환경의 제약으로 인해(통근 시간, 근무형태, 운동시설 접근성 등)	잡은 모임이나 회식 등 사회적 활동 때문에	건강상의 문제로 인해	기타
☐ 전체 ☐	(756)	54	47	29	21	17	16	11	0
성별									
남자	(343)	49	43	27	19	23	22	12	0
여자	(413)	58	50	31	23	13	12	9	0
연령									
18-29세	(117)	55	41	21	29	21	19	8	0
30-39세	(122)	50	47	23	29	25	19	5	0
40-49세	(145)	58	42	22	24	18	16	13	1
50-59세	(146)	58	51	27	17	16	21	9	0
60-69세	(129)	48	54	40	14	16	9	17	0
70세 이상	(97)	57	47	46	13	7	14	12	0
성*연령대									
2030 남성	(114)	51	34	23	27	23	25	8	0
2030 여성	(125)	53	53	21	30	22	13	5	0
4050 남성	(138)	54	44	22	17	24	23	13	1
4050 여성	(153)	62	49	27	24	11	15	9	1
60대 이상 남성	(91)	40	52	39	11	20	15	17	0
60대 이상 여성	(135)	60	50	44	15	7	8	13	0
거주지역									
서울	(143)	52	42	31	21	19	21	9	0
인천/경기	(259)	55	50	27	20	18	17	11	0
대전/세종/충청	(76)	51	50	26	27	19	11	12	0
광주/전라	(69)	56	50	31	19	15	9	15	0
대구/경북	(69)	60	43	28	27	18	13	8	1
부산/울산/경남	(107)	51	41	36	19	15	20	12	0
강원/제주	(33)	62	60	23	16	15	16	6	0
학력									
고졸 이하	(319)	54	50	29	19	16	16	12	0
대졸 이상	(437)	54	45	29	23	19	17	10	0
직업									
농/임/어업	(5)	86	65	31	0	0	0	19	0
자영업	(47)	58	55	29	19	16	13	6	0
판매/영업/서비스	(57)	60	40	19	21	28	23	5	0
생산/기능/노무	(71)	45	42	24	25	29	21	14	0
사무/관리/전문	(230)	53	43	27	20	23	20	9	0
주부	(125)	59	51	41	12	6	12	15	0
학생	(45)	41	46	28	31	22	17	2	0
기타	(42)	44	45	27	28	20	14	14	2
무직/퇴직	(134)	59	53	30	25	8	11	13	0
직장지위									
정규직	(292)	49	42	28	23	23	22	9	0
비정규직	(78)	61	44	19	21	24	14	13	1
임금근로자	(82)	59	53	25	15	24	12	9	0
자영업자	(304)	56	51	34	21	9	12	12	0
비경제활동									
월평균 가구소득									
300만원 미만	(249)	52	50	29	24	18	13	12	0
300만원 이상-600만원 미만	(315)	54	44	33	21	18	17	10	0
600만원 이상	(192)	58	48	23	18	17	19	11	1
주관적 계층인식									
중상층	(288)	53	44	33	22	15	18	11	0
하층	(449)	55	49	27	21	19	15	10	0
모르겠다	(19)	45	47	19	21	14	24	30	0
주관적 이념성향									
진보층	(192)	56	46	34	19	17	17	8	0
중도층	(300)	56	48	32	22	15	13	9	0
보수층	(246)	51	47	23	20	20	20	14	1
모름	(18)	60	42	16	37	14	10	20	0
본인 체중 만족도									
불만족	(538)	56	44	30	22	16	16	11	0
만족	(219)	49	54	27	19	20	16	9	0
최근 5년간 체중 조절 경험									
감량 경험	(521)	55	47	26	22	18	19	9	0
증량 경험	(84)	48	34	45	26	14	7	23	0
조절 경험 없음	(11)	47	44	18	9	27	28	18	0
감량, 증량, 조절 경험 없음	(140)	55	56	31	15	18	11	9	0

[표 c29] 본인 체중 만족도  
[C22] 귀하는 현재 본인의 체중에 만족하십니까?

단위: %

전체	사례수 (명)	전혀 만족하지 않는다	만족하지 않는다	만족하지 않는다 (전혀+만족 하지 않음)	만족한다	매우 만족한다	만족한다 (매우+ 만족함)	계
▣ 전체 ▣	(1,000)	15	46	61	36	3	39	100
성별								
남자	(495)	11	46	56	39	4	44	100
여자	(505)	20	45	65	32	2	35	100
연령								
18-29세	(150)	13	50	63	33	4	37	100
30-39세	(150)	21	39	60	38	2	40	100
40-49세	(171)	23	50	73	25	2	27	100
50-59세	(194)	18	47	64	33	3	36	100
60-69세	(178)	12	41	53	42	5	47	100
70세 이상	(157)	4	46	50	45	4	50	100
성*연령대								
2030 남성	(156)	14	47	62	34	5	38	100
2030 여성	(144)	20	41	61	37	1	39	100
4050 남성	(186)	11	54	66	32	2	34	100
4050 여성	(179)	29	42	71	26	3	29	100
60대 이상 남성	(153)	6	33	39	54	7	61	100
60대 이상 여성	(182)	10	52	63	35	3	37	100
거주지역								
서울	(186)	13	49	61	36	3	39	100
인천/경기	(323)	19	43	63	35	3	37	100
대전/세종/충청	(108)	17	38	54	40	5	46	100
광주/전라	(96)	9	52	61	36	2	39	100
대구/경북	(96)	17	44	61	38	1	39	100
부산/울산/경남	(149)	15	46	61	34	6	39	100
강원/제주	(42)	7	55	61	35	4	39	100
학력								
고졸 이하	(430)	14	46	61	36	4	39	100
대졸 이상	(570)	16	45	61	36	3	39	100
직업								
농/임/어업	(13)	0	47	47	44	8	53	100
자영업	(68)	12	50	61	38	1	39	100
판매/영업/서비스	(79)	23	39	61	33	6	39	100
생산/기능/노무	(98)	11	49	60	36	4	40	100
사무/관리/전문	(280)	17	50	67	31	2	33	100
주부	(163)	17	49	66	32	2	34	100
학생	(63)	8	53	61	33	6	39	100
기타	(58)	15	32	47	47	6	53	100
무직/퇴직	(178)	15	37	52	44	4	48	100
직장지위								
정규직 임금근로자	(363)	17	50	67	30	3	33	100
비정규직 임금근로자	(110)	20	34	55	41	5	45	100
자영업자	(124)	8	47	55	42	3	45	100
비경제활동	(404)	15	44	59	37	3	41	100
월평균 가구소득								
300만원 미만	(336)	13	44	57	39	4	43	100
300만원 이상-600만원 미만	(408)	16	47	63	34	3	37	100
600만원 이상	(256)	17	46	62	35	3	38	100
주관적 계층인식								
중상층	(396)	11	47	58	38	4	42	100
하중층	(578)	18	45	63	34	2	37	100
모르겠다	(26)	21	33	54	39	7	46	100
주관적 이념성향								
진보층	(250)	14	54	68	29	3	32	100
중도층	(369)	20	42	61	36	2	39	100
보수층	(356)	11	43	54	41	5	46	100
모름	(25)	19	51	70	26	4	30	100
우리 사회 체중 조절 관심도								
관심있음	(111)	10	41	51	45	4	49	100
관심없음	(889)	16	46	62	35	3	38	100
최근 5년간 체중 조절 경험								
감량 경험	(614)	22	52	73	26	1	27	100
증량 경험	(108)	8	48	56	38	6	44	100
감량 시도	(21)	4	25	29	61	10	71	100
증량 시도	(257)	4	32	35	57	7	65	100

[표 c30] 체중과 관련하여 타인으로부터 이야기 들은 경험 유무

[C23] 귀하는 체중과 관련하여 다른 사람으로부터 이야기(칭찬, 비판 모두 포함)를 듣거나 타인의 시선, 표정, 행동 등을 경험한 적이 있습니까?

단위: %

전체		사례수 (명)	있다	없다	계
■ 전체 ■		(1,000)	51	49	100
성별	남자	(495)	48	52	100
	여자	(505)	55	45	100
연령	18-29세	(150)	70	30	100
	30-39세	(150)	59	41	100
	40-49세	(171)	47	53	100
	50-59세	(194)	46	54	100
	60-69세	(178)	46	54	100
	70세 이상	(157)	43	57	100
성*연령대	2030 남성	(156)	59	41	100
	2030 여성	(144)	71	29	100
	4050 남성	(186)	43	57	100
	4050 여성	(179)	50	50	100
	60대 이상 남성	(153)	42	58	100
	60대 이상 여성	(182)	47	53	100
거주지역	서울	(186)	47	53	100
	인천/경기	(323)	49	51	100
	대전/세종/충청	(108)	48	52	100
	광주/전라	(96)	51	49	100
	대구/경북	(96)	61	39	100
	부산/울산/경남	(149)	59	41	100
	강원/제주	(42)	47	53	100
학력	고졸 이하	(430)	45	55	100
	대졸 이상	(570)	56	44	100
직업	농/임/어업	(13)	30	70	100
	자영업	(68)	47	53	100
	판매/영업/서비스	(79)	44	56	100
	생산/기능/노무	(98)	48	52	100
	사무/관리/전문	(280)	56	44	100
	주부	(163)	49	51	100
	학생	(63)	68	32	100
	기타	(58)	46	54	100
	무직/퇴직	(178)	51	49	100
직장지위	정규직	(363)	52	48	100
	임금근로자	(110)	54	46	100
	비정규직	(124)	43	57	100
	자영업자	(404)	53	47	100
월평균 가구소득	300만원 미만	(336)	53	47	100
	300만원 이상-600만원 미만	(408)	51	49	100
	600만원 이상	(256)	49	51	100
주관적 계층인식	중상층	(396)	49	51	100
	중하층	(578)	53	47	100
	모르겠다	(26)	43	57	100
주관적 이념성향	진보층	(250)	56	44	100
	중도층	(369)	47	53	100
	보수층	(356)	53	47	100
	모름	(25)	47	53	100
본인 체중 만족도	불만족	(608)	58	42	100
	만족	(392)	41	59	100
우리 사회 체중 조절 관심도	관심 없음	(111)	41	59	100
	관심 있음	(889)	53	47	100
최근 5년간 체중 조절 경험	감량 경험	(614)	57	43	100
	증량 경험	(108)	59	41	100
	증량 조절 경험	(21)	66	34	100
	조절 경험 없음	(257)	34	66	100
	감량, 증량, 증량 조절 경험 없음				

[표 c31] 체중과 관련하여 타인으로부터 이야기 들었을 때 감정

[C24] 귀하는 그 때 어떤 감정을 느끼셨습니까?

단위: %

체중 관련 사회적 경험	사례수 (명)	①매우 부정적인 감정	②	③	부정 (①+② +③)	④보통	⑤	⑥	⑦매우 긍정적인 감정	긍정 (⑤+⑥ +⑦)	계
▣ 전체 ▣	(513)	10	15	23	48	26	13	8	4	26	100
성별											
남자	(235)	4	14	22	40	30	17	8	5	30	100
여자	(277)	15	16	24	55	23	10	9	3	22	100
연령											
18-29세	(105)	12	21	26	59	20	12	6	3	21	100
30-39세	(88)	19	17	27	63	16	9	8	4	21	100
40-49세	(81)	14	16	27	57	29	7	6	1	14	100
50-59세	(89)	7	15	19	40	28	15	12	5	32	100
60-69세	(82)	5	7	17	29	36	21	11	2	35	100
70세 이상	(67)	0	13	22	35	31	17	8	9	34	100
성*연령대											
2030 남성	(92)	7	20	26	54	18	16	8	5	28	100
2030 여성	(102)	23	18	26	67	18	7	6	2	14	100
4050 남성	(80)	5	12	26	43	39	11	6	2	19	100
4050 여성	(90)	15	18	20	53	20	11	12	4	27	100
60대 이상 남성	(64)	0	7	12	19	35	27	12	8	47	100
60대 이상 여성	(85)	5	12	25	42	33	14	8	3	25	100
거주지역											
서울	(87)	5	18	23	46	20	20	11	3	34	100
인천/경기	(159)	16	15	19	49	27	10	8	5	23	100
대전/세종/충청	(52)	11	12	23	46	25	13	6	9	28	100
광주/전라	(49)	6	13	20	38	39	12	6	5	23	100
대구/경북	(59)	11	13	27	52	18	16	12	2	30	100
부산/울산/경남	(88)	8	13	31	52	31	8	8	1	18	100
강원/제주	(20)	5	31	16	52	18	30	0	0	30	100
학력											
고졸 이하	(192)	9	11	23	43	32	14	6	4	25	100
대졸 이상	(320)	11	18	23	51	23	13	10	4	26	100
직업											
농/임/어업	(4)	0	28	22	50	25	25	0	0	25	100
자영업	(32)	8	17	16	42	36	9	6	8	23	100
판매/영업/서비스	(35)	14	18	21	53	26	8	5	8	21	100
생산/기능/노무	(47)	2	7	31	40	24	21	7	8	36	100
사무/관리/전문	(156)	11	18	26	55	20	12	9	3	25	100
주부	(80)	7	10	26	43	31	14	10	3	26	100
학생	(42)	14	18	24	56	24	13	6	2	21	100
기타	(27)	4	7	15	25	36	15	19	5	39	100
무직/퇴직	(90)	14	16	18	48	29	14	6	2	23	100
직장지위											
정규직	(188)	10	15	26	51	21	15	8	4	28	100
비정규직	(60)	10	17	24	51	23	8	10	8	26	100
임금근로자	(53)	5	14	17	37	39	10	10	5	24	100
자영업자	(213)	12	14	22	48	28	14	8	2	24	100
월평균 가구소득											
300만원 미만	(177)	12	12	19	43	34	14	5	4	23	100
300만원 이상-600만원 미만	(209)	9	15	25	49	24	13	10	4	27	100
600만원 이상	(127)	9	18	27	54	19	14	9	4	27	100
주관적 계층인식											
중상층	(195)	8	10	25	42	23	18	12	5	34	100
하층	(307)	11	19	22	52	28	11	6	3	20	100
모르겠다	(11)	26	0	32	58	16	9	0	17	26	100
주관적 이념성향											
진보층	(139)	7	15	29	51	29	9	6	5	20	100
중도층	(175)	15	18	29	62	24	7	3	4	14	100
보수층	(187)	6	12	13	32	26	24	16	3	42	100
모름	(12)	32	17	17	66	34	0	0	0	0	100
본인 체중 만족도											
불만족	(353)	12	19	29	60	27	9	4	1	14	100
만족	(160)	5	6	11	22	25	23	19	10	52	100
우리 사회 체중 조절 관심도											
관심 있음	(46)	11	11	11	33	30	21	12	4	37	100
관심 없음	(467)	10	15	24	50	26	13	8	4	25	100
최근 5년간 체중 조절 경험											
경험 있음	(347)	12	17	25	55	23	11	8	3	22	100
경험 없음	(64)	6	11	22	39	28	24	6	3	33	100
감량 경험	(14)	7	16	0	23	22	34	0	20	55	100
증량 경험	(88)	5	9	19	33	39	11	12	5	28	100



[표 c32] 체중과 관련하여 타인으로부터 이야기를 들은 출처

[C25] 귀하는 어떤 사람에게 혹은 어떤 상황에서 이러한 경험을 하셨습니까? 해당하는 것을 모두 선택해 주세요

단위: %

체중 관련 사회적 경험	사례수 (명)	가족	친구	직장 동료	의료진	낯선 사람	연인	온라인(SNS, 커뮤니티 등)	기타
▣ 전체 ▣	(513)	63	56	40	18	17	13	6	1
성별									
남자	(235)	60	61	47	20	13	17	7	0
여자	(277)	65	52	33	16	20	10	5	2
연령									
18-29세	(105)	66	56	33	15	18	22	8	0
30-39세	(88)	64	58	47	16	25	24	8	0
40-49세	(81)	68	42	50	17	24	15	4	0
50-59세	(89)	63	47	51	14	13	5	6	1
60-69세	(82)	49	65	31	29	10	7	3	5
70세 이상	(67)	67	74	25	19	8	0	3	1
성*연령대									
2030 남성	(92)	57	63	42	19	20	27	10	0
2030 여성	(102)	73	51	37	12	23	20	7	0
4050 남성	(80)	65	48	63	20	12	13	4	0
4050 여성	(90)	65	42	39	11	23	7	6	1
60대 이상 남성	(64)	58	76	36	22	4	6	5	1
60대 이상 여성	(85)	57	63	22	26	13	2	1	4
거주지역									
서울	(87)	58	59	44	11	12	9	5	2
인천/경기	(159)	65	54	34	21	23	15	3	0
대전/세종/충청	(52)	63	56	43	23	14	14	9	4
광주/전라	(49)	52	62	47	14	16	14	4	1
대구/경북	(59)	73	53	37	15	16	15	6	0
부산/울산/경남	(88)	61	54	42	21	12	12	9	1
강원/제주	(20)	68	71	34	17	13	8	8	0
학력									
고졸 이하	(192)	55	53	37	20	14	13	6	2
대졸 이상	(320)	68	58	41	17	18	14	6	0
직업									
농/임/어업	(4)	50	47	28	47	0	25	0	0
자영업	(32)	61	60	26	31	12	9	2	0
판매/영업/서비스	(35)	73	53	38	11	14	21	14	0
생산/기능/노조	(47)	65	52	64	31	13	16	2	0
사무/관리/전문	(156)	61	50	62	15	21	19	4	0
주부	(80)	68	57	16	17	13	5	3	3
학생	(42)	59	60	16	15	22	14	4	0
기타	(27)	58	63	55	15	14	0	8	4
무직/퇴직	(90)	62	65	22	16	15	11	11	3
직장지위									
정규직	(188)	64	54	58	19	17	19	5	0
비정규직	(60)	62	47	62	14	19	9	7	0
임금근로자	(53)	56	58	34	27	16	14	1	2
자영업자	(213)	64	61	19	16	15	9	7	2
비경제활동									
월평균 가구소득									
300만원 미만	(177)	62	55	29	18	17	10	6	1
300만원 이상-600만원 미만	(209)	58	58	48	17	17	15	5	1
600만원 이상	(127)	73	55	41	20	16	15	6	1
주관적 계층인식									
중상층	(195)	64	62	40	16	16	15	4	1
하층	(307)	62	53	39	20	17	12	7	1
모르겠다	(11)	67	47	51	9	6	9	0	0
주관적 이념성향									
진보층	(139)	67	55	47	19	16	7	3	1
중도층	(175)	60	51	38	15	21	14	7	1
보수층	(187)	62	62	36	19	13	18	7	1
모름	(12)	74	50	42	34	24	8	0	0
본인 체중 만족도									
불만족	(353)	66	52	38	21	17	12	5	1
만족	(160)	56	67	44	13	16	16	8	2
우리 사회 체중 조절 관심도									
관심 없음	(46)	38	55	29	15	27	24	6	0
관심 있음	(467)	65	56	41	18	16	12	6	1

[표 c33] 체중 조절에 대한 사회적 관심 유무

[C28] 귀하는 우리 사회가 체중 조절에 얼마나 관심이 있다고 생각하십니까?

단위: %

전체	사례수 (명)	전혀 관심이 없다	거의 관심이 없다	관심이 없다 (전혀+ 거의)	어느 정도 관심이 있다	매우 관심이 있다	관심이 있다(매우+ 어느 정도)	계
▣ 전체 ▣	(1,000)	2	9	11	43	46	89	100
성별								
남자	(495)	2	12	14	53	34	86	100
여자	(505)	2	7	9	34	57	91	100
연령								
18-29세	(150)	2	8	10	34	56	90	100
30-39세	(150)	4	8	12	36	52	88	100
40-49세	(171)	1	11	12	42	46	88	100
50-59세	(194)	1	8	9	42	49	91	100
60-69세	(178)	1	9	10	54	36	90	100
70세 이상	(157)	3	12	14	51	35	86	100
성*연령대								
2030 남성	(156)	4	12	16	41	43	84	100
2030 여성	(144)	2	3	5	28	66	95	100
4050 남성	(186)	1	8	9	55	36	91	100
4050 여성	(179)	1	10	12	29	60	88	100
60대 이상 남성	(153)	2	15	17	62	21	83	100
60대 이상 여성	(182)	2	6	8	44	48	92	100
거주지역								
서울	(186)	2	10	11	40	49	89	100
인천/경기	(323)	1	9	11	45	44	89	100
대전/세종/충청	(108)	2	7	9	46	45	91	100
광주/전라	(96)	1	11	12	51	36	88	100
대구/경북	(96)	4	9	13	33	54	87	100
부산/울산/경남	(149)	3	10	13	43	44	87	100
강원/제주	(42)	2	2	4	42	54	96	100
학력								
고졸 이하	(430)	2	12	14	45	41	86	100
대졸 이상	(570)	2	7	9	42	49	91	100
직업								
농/임/어업	(13)	9	8	17	71	13	83	100
자영업	(68)	1	10	12	51	38	88	100
판매/영업/서비스	(79)	1	9	10	37	53	90	100
생산/기능/노무	(98)	1	6	7	59	33	93	100
사무/관리/전문	(280)	1	8	10	40	50	90	100
주부	(163)	1	8	9	39	52	91	100
학생	(63)	2	8	10	39	51	90	100
기타	(58)	0	11	11	47	42	89	100
무직/퇴직	(178)	4	14	18	41	41	82	100
직장지위								
정규직	(363)	1	7	8	45	47	92	100
비정규직	(110)	0	11	11	39	50	89	100
자영업자	(124)	3	10	13	53	34	87	100
비경제활동	(404)	3	10	13	40	47	87	100
월평균 가구소득								
300만원 미만	(336)	3	11	14	44	42	86	100
300만원 이상-600만원 미만	(408)	0	9	9	45	46	91	100
600만원 이상	(256)	2	7	10	41	50	90	100
주관적 계층인식								
중상층	(396)	2	7	10	47	44	90	100
하층	(578)	2	10	12	41	47	88	100
모르겠다	(26)	5	13	18	40	42	82	100
주관적 이념성향								
진보층	(250)	1	5	6	41	53	94	100
중도층	(369)	3	8	11	42	48	89	100
보수층	(356)	2	14	15	47	38	85	100
모름	(25)	4	8	12	37	51	88	100
본인 체중 만족도								
불만족	(608)	1	8	9	39	52	91	100
만족	(392)	3	11	14	50	36	86	100
우리 사회 체중 조절 관심도								
관심 없음	(111)	17	83	100	0	0	0	100
관심 있음	(889)	0	0	0	49	51	100	100

[표 c34] 체중 조절 인식 최대 영향 요인

[C29] 우리 사회에서 체중 조절에 대한 인식에 가장 큰 영향을 미치는 것은 무엇이라고 생각하십니까?

단위: %

전체	사례수 (명)	대중 매체(TV 뉴스, 드라마, 예능 등)	온라인 매체(SNS, 커뮤니티, 유튜브 등)	주변 지인(가족, 친구, 직장 동료 등)과의 대화	기타	계
☐ 전체 ☐	(1,000)	37	31	31	1	100
성별						
남자	(495)	34	30	35	1	100
여자	(505)	40	32	27	0	100
연령						
18-29세	(150)	28	51	20	0	100
30-39세	(150)	23	48	29	0	100
40-49세	(171)	35	34	29	3	100
50-59세	(194)	44	25	31	1	100
60-69세	(178)	43	19	38	1	100
70세 이상	(157)	47	16	37	0	100
성*연령대						
2030 남성	(156)	23	49	28	0	100
2030 여성	(144)	29	50	21	0	100
4050 남성	(186)	40	23	34	3	100
4050 여성	(179)	39	35	26	1	100
60대 이상 남성	(153)	38	19	43	1	100
60대 이상 여성	(182)	51	16	33	0	100
거주지역						
서울	(186)	35	35	30	0	100
인천/경기	(323)	37	32	30	1	100
대전/세종/충청	(108)	43	32	25	0	100
광주/전라	(96)	37	28	34	0	100
대구/경북	(96)	40	28	32	0	100
부산/울산/경남	(149)	37	27	35	1	100
강원/제주	(42)	32	35	31	2	100
학력						
고졸 이하	(430)	37	27	36	0	100
대졸 이상	(570)	37	35	27	1	100
직업						
농/임/어업	(13)	56	22	23	0	100
자영업	(68)	32	16	51	1	100
판매/영업/서비스	(79)	35	26	38	0	100
생산/기능/노무	(98)	40	28	32	1	100
사무/관리/전문	(280)	31	40	28	1	100
주부	(163)	49	24	26	1	100
학생	(63)	23	56	22	0	100
기타	(58)	40	34	24	2	100
무직/퇴직	(178)	40	26	34	0	100
직장지위						
정규직	(363)	32	37	30	1	100
비정규직	(110)	43	30	27	0	100
자영업자	(124)	35	21	42	1	100
비경제활동	(404)	41	30	29	0	100
월평균 가구소득						
300만원 미만	(336)	37	31	32	0	100
300만원 이상-600만원 미만	(408)	40	29	30	1	100
600만원 이상	(256)	34	35	30	0	100
주관적 체중인식						
중상충만하다	(396)	35	33	31	1	100
하충만하다	(578)	39	30	31	0	100
모르겠다	(26)	34	32	35	0	100
주관적 이념성향						
진보	(250)	41	33	26	1	100
중도	(369)	38	29	32	0	100
보수	(356)	34	31	34	1	100
모름	(25)	34	46	20	0	100
본인 체중 만족도						
불만족	(608)	35	31	32	1	100
만족	(392)	40	31	28	0	100
우리 사회 체중 조절 관심도						
관심 없음	(111)	31	31	34	3	100
관심 있음	(889)	38	31	30	0	100
최근 5년간 체중 조절 경험						
경험 없음	(614)	35	34	30	1	100
경험 있음	(108)	29	31	40	0	100
감량, 증량 모두 경험	(21)	39	19	43	0	100
체중 조절 경험 없음	(257)	46	25	28	1	100